

青少年成才系列讲座

# 做人 做事 做学问

田建国 著

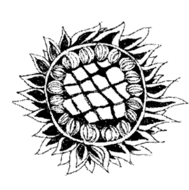
山东画报出版社




ISBN 978-7-5474-0140-8

9 787547 401408 >

定价：30.00元



# 做人 做事 做学问

田建国 著

山东画报出版社

**图书在版编目（CIP）数据**

做人 做事 做学问／田建国著．—济南：山东画报出版社，2011.5
ISBN 978-7-5474-0140-8

Ⅰ.①做… Ⅱ.①田… Ⅲ.①青少年－人才成长
Ⅳ.①D432.62

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2010）第 123952 号

责任编辑 徐峙立 秦 超
封面设计 田 原
美术编辑 李海峰
主管部门 山东出版集团有限公司
出版发行 山东画报出版社
社 址 济南市经九路胜利大街 39 号 邮编 250001
电 话 总编室（0531）82098470
市场部（0531）82098479 82098476(传真)
网 址 http://www.hbcbs.com.cn
电子信箱 hbcb@sdpress.com.cn
印 刷 山东临沂新华印刷物流集团有限责任公司
规 格 170 毫米×240 毫米
13 印张 200 千字
版 次 2011 年 5 月第 1 版
印 次 2011 年 5 月第 1 次印刷
印 数 1–6000
定 价 30.00 元

# 说在前面的话

创新、道德、人才，是青少年成长成才需要认识的三个至关重要问题。

## 什么叫创新

创新是人类特有的一种认识能力实践能力，是人类主观能动性的高级表现形式，有四句话形象生动概括创新：创新就是终点的超越、平衡的打破、动态的延伸、高度的提升。

创新、创造之间什么关系？创造是从无到有，创新是从有到新，创造是创新的基础，创新是创造的导向，两者密切相关。

2011年2月4日，美国政府发表“美国创新战略报告”，明确地把“创新”界定为“个人和组织机构产生新的想法并将它们付诸实践的过程”，并且从美国的历史发展阐明创新是美国经济增长和国家竞争力的基础。“一个新的想法只是一个起点，因为我们的市场体系通过其竞争压力而致力于验证这些想法，并将其中最出色的想法进行传播。创新是一个完整的过程：通过将一个发明成功付诸实践并广泛传播，提高劳动生产力，为供货方提供利润，从而造福于发明实施方和消费者。”也就是说，创新是新的想法的商业化。

# 什么叫道德

道德是对善良和丑恶、正义与非正义、光荣与耻辱一系列价值评价的社会规范。它是一种软的约束。

道德即道德品质，是人们的道德认识和道德行为水平的综合反映。道德品质是衡量一个社会和一个国家文明进步程度的重要标尺。没有共产主义思想，没有共产主义品德，不可能建设社会主义；不讲国家利益和社会奉献，只讲个人利益和个人奋斗，这样的人是没有光明前途的。道德品质是衡量一个人精神境界的重要尺度，对个人成长进步有着重要影响。优良的品德是提高人的精神境界、促进人的自我完善、推动人的全面发展的内在动力。

一个品德优良的人，能够正确认识人生的价值和意义，正确处理个人与社会、与他人的关系，正确选择自己的道德行为，在奉献社会、服务人民中实现个人的价值。人为什么而活着？如果只是为自己、为家庭而活着，那个意义是很有限的。只有为国家、为社会、为民族、为集体、为他人利益，尽心尽力地工作，毫无保留地贡献自己的聪明才智，这样的人生才有真正的意义，才是光荣的人生、闪光的人生。青少年时期是人生起步的重要阶段，也是形成优良品质的关键时期，解决好立身做人的问题对健康成长至为关键。只有注重优良品德的培养，才能在报效祖国、服务人民、奉献社会中实现闪光的人生。

坚持把优良品德作为青少年修身立业的根本。修身、齐家、治国、平天下，修身是根基、是关键、是铸造辉煌事业的人格支撑。“有才无德，其行不远。”没有良好的道德修养，就难有高尚的精神境界和健康远大的理想追求。中华传统文化中，把“庄重、宽厚、守信、勤勉、慈惠”五种品质作为仁者的行为规范，把“礼、义、仁、智、信”五种品德作为理想的道德规范。这些中华文明中的精髓，充分体现了中华民族以德治国、以德处世、以德做人的高贵人格品质和崇高思想境界。历史已经进入了21世纪，我们的道德标准和思想品质应该比古人更进一步，要继承发展创新，创造出符合社会进步和现代文明更为高贵的品质。

# 什么叫人才

有一技之长，就叫人才。人人都可以成才。前段时间，社会上有个不好导向：除了科学家、博导、教授、总裁、经理、企业家等等这叫人才，其他都不叫人才了。这是一种社会偏见。2006年，中央召开人才会议，对人才提出一个很重要的思想，就是有一技之长就叫人才，而且人人都可以成才。

2000年俄罗斯潜艇遇难，全世界关注。但俄罗斯潜水员下水后就是打不开舱门，迫不得已，请挪威潜水员在短时间内打开了舱门，发现了遇难官兵，说明什么？说明俄罗斯人民在蒙受了巨大悲痛后又蒙受了巨大耻辱，潜水员能力不行，有损国家形象，潜水员中专就可以培养了。

这几年我们国家进口了一批世界一流水平的芯片生产线，手机、电脑芯片。但到目前为止，国内还没有人会调试，没办法，从国外请，报酬多少？不按年薪，不按月薪，周薪百万美元！如果我们国家培养出几个周薪百万美元的高级技师，比出几个诺贝尔奖更有现实意义，高级技师有的高职高专就可以培养了。

美国前任总统里根当选总统后，很多人跑来向里根的母亲祝贺：你儿子真了不起，当了美国总统了。里根母亲很平静，说我还有一个了不起的儿子，是里根弟弟，他现在正在地里刨土豆。在里根母亲人才价值标准里，儿子当总统了不起，在地里刨土豆当农民同样了不起。如果这种人才价值标准成立的话，八年前，浙江金华徐立杀害他母亲，这种恶性事件就不会发生。徐立考前十名他母亲就不干，必须考前三名，锁定目标北大、清华、浙江大学。

我们现在高考前一个月，工地都不许夜间施工，因为怕吵了学生复习功课。高考那一天，如果学生迟到了，学校免费送学生到考场。到了考场之后，考场周围还不许汽车通行，即使没有交警指挥，家长们也会自己指挥不许汽车通过。因为怕汽车通行的噪音影响学生答卷。大家想想，如果我们将来选拔的人才，工地一施工他就坐不住了，外面汽车一过他就没有办法想了，这样选拔出来的人是没有用的。还有，高考状元一出来，经纪人马上就出来了，马上让他介绍经

验，包括房地产开盘的时候都要把这个高考状元请过去，意思是你买了我的房子，你的孩子就是高考状元。我们不能把高考看得那么重，条条大路都是可以成才的。

青少年对自己的成才、成长要充满自信。我们这一代青少年学生，只要努力，都会成为有用的人才。过去对我们这一代人社会上确实有偏见，说我们一代不如一代，迷茫一代、垮掉一代、享乐一代、不值得信任的一代。

通过这次抗震救灾，通过这次奥运志愿，这一代人的表现改变了整个社会的眼光。2008年，确实是一个不平凡的伟大年度，是灾难与辉煌交织，大喜大悲的一年。我们的很多评价都要从2008年谈起，2008年，可能要改变我们中国人的精神坐标，从抗震救灾到奥运志愿，我们经历的悲与喜，远远超过我们自己的想象。无论是因为苦难，还是因为光荣，有那么多大学生把五星红旗佩戴在头上，挥舞在手中，披戴在身上。过去我们讲经典在文化中，在名言警句中，2008年汶川地震、奥运志愿生成的文化，是最具震撼人类心灵的文化。

四川汶川大地震，既是一场地理大地震，又是一场价值大地震。人们既被8级大地震的巨大破坏能量造成的千年不遇的严重突发自然灾难所震撼，又被大地震发生后以及抗震救灾中产生的不同价值观的激烈碰撞和相互激荡所震撼。

2008年，大家都很关心汶川地震、奥运志愿，有几个口号首先是从青少年中喊出的。第一个口号"天下兴亡，匹夫有责"，他们在弘扬优秀传统文化；第二个口号"立足岗位，刻苦学习"，他们在为爱国主义增添理性厚度；第三个口号"团结友爱，互助进步"，他们在展示现代志愿精神；第四个口号"中国加油，汶川加油"，他们在表现对中国特色社会主义道路的坚定信心。青少年一代开始担当社会责任，他们具有强烈的民族自信心、高涨的爱国热情、开放的宽容胸怀、深沉的忧国忧民意识，他们的得分是高的，表现是优秀的。他们不是瞬间长大，不是一夜间长大，突然变好，而是我们长期教育的结果。因此，青少年一代对自己成长成才应当充满自信。

青少年时代是人的一生中最值得怀念的时光。当代青少年学生是最富有朝气、最富有创造性、最富有生命力的群体，肩负着发展中国特色社会主义、实

现中华民族伟大复兴的历史重任。我们一定要牢记胡锦涛总书记在中国农业大学与青年学生座谈时提出的殷切希望，把爱国主义作为始终高扬的光辉旗帜，把勤奋学习作为人生进步的重要阶梯，把深入实践作为成长成才的必由之路，把奉献社会作为不懈追求的优良品德，在实现中华民族伟大复兴的历史征程上谱写出更加辉煌的青春乐章。

在每一个的生命历程中，青春是最亮丽的，是确立人生理想，职业理想最重要的时期。我们在青少年时期最重要的事情，就是建立一个人生的大格局，格局大了，后面的才会好办。为什么格局要大？大家听说一个词叫“局限”，什么叫局限？局限就是格局太小，所以才会有局限。一个人格局大了，以后限制你的事情就少一些，人融合的东西就会越来越开阔，人生格局就会越大。有一句话，讲得非常好，一个人不能决定生命的长度，但可以决定生命的宽度。如果我们的生命用流水来比喻，这一生是活成了浩浩荡荡大河，还是活成了一条窄窄巴巴的小溪，人生成功那不取决于你有多长，而取决于河床有多宽。

# 目录

# 时代篇

# 21 世纪是科学技术世纪

21世纪科学技术重要特点是日新月异，突飞猛进。什么叫突飞猛进？突然起飞，迅速启动。目前，全世界科技领域颇受青睐的发展方向是干细胞研究和纳米科技的发展。临床医学的研究已经表明，利用人的干细胞系可以产生出人体的许多组织，这方面突破有可能使医学发生革命性的变化。

超级计算机发展最为迅速，美国IBM公司正在研制每秒钟运算280万亿次超级计算机，日本马上着手开发每秒钟运算速度10000万亿次超级计算机。20世纪初，当量子力学、相对论刚刚问世，有谁能想到短短几十年内催生出半导体、超导体、激光、超级电脑，既改变了世界，也改变了人类，特别是改变了人们的学习方式、工作方式、生活方式和思维方式。

从当今世界科技发展的态势看，奠定现代科技基础的重大科学发现基本发生在20世纪上半叶，“科学的沉寂”至今已达六十余年，科技知识体系积累的内在矛盾已经凸现，在物质能量的调控与转换、量子信息调控与传输、生命基因的遗传变异进化与人工合成、脑与认知、地球系统的演化等科学领域，在能源、资源、信息、先进材料、现代农业、人口健康等关系现代化进程的战略领

域，一些重要的科学问题和关键技术发生革命性突破的先兆已经显现。

目前，我们正面临国际金融危机。历史经验表明，全球性经济危机往往催生重大科技创新突破，依靠科技创新创造新的经济增长点和创新发展模式，是摆脱危机的根本出路。例如，1857年和1929年两次大的世界经济危机之后，分别爆发了电气革命和电子革命两次技术革命高潮。这次金融危机将加速科技创新与进步的步伐，在今后的10—20年，很有可能发生一场新的科技革命。

21世纪科学技术发展日益迅猛，科技成果转化为产品、商品的周期日益缩短，产品、商品的生命周期日益缩短。21世纪创新具有三个显著特点：

第一个特点是创新速度加快使科学技术突飞猛进，有四个表现：

第一个表现是原始创新产业化的趋势加快，如人类基因组、超导、纳米材料等基础科学研究的成果，在中间成果阶段就申请了专利，有些甚至迅速转化为产品走进人们的生活，实现了产业化。

第二个表现是集成创新孵化新技术的进程加快，具体表现为学科之间的交叉融合、新的技术群及相应产业群竞相崛起，如生物信息技术就是IT和生物技术的交叉融合而产生的新技术，它的应用可以降低药物开发成本的33%，并使开发进程加快2年。

第三个表现是高新技术向传统产业的渗透加快，高新技术不但从传统产业发展出新品种和新兴产业，而且促进了传统产业装备的现代化，如近年来，IT产业对美国经济的贡献率超过35%，使全美制造业劳动生产率增长6.4%。

第四个表现是创新性设施的普及速度显著加快，如汽车用了100年的时间才达到全球市场50%的普及率，电话和电力分别用了75年和50年，而移动电话的普及速度太快了，甚至超过个人电脑和互联网的普及速度。

第二个特点是创新广度扩展使社会生活发生了深刻变化。

创新不仅仅是技术创新，而且已扩展到政治、经济、文化、教育、管理、组织、制度设计、商务模式等社会生活的各个领域和各种层面，使这些领域发生了惊人的变化。

第三个特点是创新高度提升使国力竞争日趋激烈。

当今世界各主要国家都在构建国家创新战略。目前举世公认的“创新型国家”有美国、日本、芬兰、韩国等20多个国家，它们的共同特征是：创新综合指数明显高于其他国家，科技进步贡献率在70%以上，研发投入占GDP的比例一般在2%以上，技术对外依存度指标一般在30%以下。创新已提升到国家核心竞争力的高度，创新所带来的机遇和挑战，使综合国力竞争日趋激烈。

美国创新战略的起点是几个至关重要的基础：教育、科研和基础设施。首先，必须创造一个具有国际竞争力和日益增长的知识密集型经济储备劳动力的教育体系。其次，必须对科研项目投资，以确保美国在支撑私营企业进行创新过程中，创造重大科技成果上的领先地位。最后，必须投资建设一流的基础设施。这些创新基本要素将推动美国拥有一个更加繁荣的未来。

概括讲，美国创新战略，强调抓创新三个基本要素：培养掌握21世纪技能的下一代人，创造世界一流素质的劳动力；加强和扩展美国在基础研究中的领先地位；建立高速铁路网络和先进的信息技术生态等引领21世纪的基础设施。

2010年12月6日，美国总统奥巴马发表国情咨文。指出，全球经济竞争将越来越激烈，只有那些拥有受过最好教育的劳动力，严谨对待科研和技术，建有像道路、机场、高速铁路和高速互联网等高质量的基础设施的国家，才会在这场竞争中获得胜利。这些因素都是21世纪经济增长的种子，这些种子播种在哪里，工作和企业就会在哪里扎根。

2011年2月4日，白宫再次发表“美国创新战略”报告，提出美国创新战略目标，就是赢得未来，保持美国在创新能力、教育和基础设施等方面的竞争力。核心内容主要包括强化创新要素、激励创新创业、催生重大突破等几个层面。这也是美国在全球经济竞争越来越激烈的背景下为确保国家经济增长和繁荣所作出的最新政策安排。

# 21世纪是生命科学世纪

生物的一个基因可以影响一个国家的兴衰。一个物种可以决定一个国家的经济命脉。21世纪，世界将面临一场剧烈的基因战。谁拥有丰富的种质资源，谁就掌握未来资源利用的新技术，谁就能在激烈的竞争中掌握主动权。据统计，这几年美国毕业的博士生中有一半是学习生命科学的，一大批年轻科学家源源不断流向生命科学领域。

21世纪生命科学体现出三个特点：首先，生命科学不再像历史上的学科分得那么细：动物学、植物学、微生物学、生物学、生物化学等，彼此之间不再有不可跨越的鸿沟。生物学家已揭示DNA在所有生物种类中具有高度的一致性，很多生命现象，如代谢、生长分化、细胞分裂等的调控在不同生物中也有共同的规律和机理，对生命现象的认识得到了极大统一。

其次，21世纪的生命科学，越来越体现出一种多学科交叉的性质。21世纪的生命科学不仅仅是属于生物学家，越来越多的物理学家、化学家，甚至包括数学家、计算机科学家，他们所从事的基础科学研究都涉及到生命科学。

第三，21世纪的生命科学已经不仅仅是基础科学，在生命科学领域已经很

难在基础研究领域和应用领域划一条明显的界限。现在，在生命科学领域每一项重大成就出现，往往很快地就会导致应用方面的突破，会有很多公司对它进行开发。这也就使今天的生命科学表现出一种蓬勃发展的良好势头。

# 21世纪是信息科学世纪

21世纪是信息科学世纪。农业社会的时代标志，是大铁犁。工业社会的时代标志，是蒸汽动力。信息社会的时代标志，是计算机及其网络。

信息科学主导的世界主要有三个定律。摩尔定律，主要强调计算机芯片的集成度每18个月提高一倍，芯片就是以这样的速度在进步，支撑当代所有文明，支撑当代所有系统。梅德卡富定律，主要强调计算机价值等于其结点的平方，这是一个几何级数，结点越多，价值越大。盖茨定律，用世界首富比尔·盖茨的名字命名，主要强调创新者数字脑袋中每一个新主意，都将影响全世界每一个企业的心态。在当今世界竞争中领先的不是资本最多的公司，而是头脑最好的公司，因为好的主意总能找到资本。

当今世界，以信息技术为核心的高新技术的发展，极大地改变了人们的生产、生活方式和国际经济政治关系。人类社会发展主要依靠三种资源：物资、能源和信息。在农业社会，主要期望控制物资，即粮食；在工业化社会，主要期望控制能源资源，特别是石油；到了信息时代，谁占有信息，谁就可以占据政治、经济、军事的制高点。据统计，占世界人口20%的发达国家现在拥有全世

界信息量的80%，而80%的发展中国家只占有信息量的20%。发达国家和发展中国家的“信息差距”越来越大，“信息贫困”已成为发展中国家的一个新问题。

人类社会目前正从工业化时代向信息化时代转变，信息产业是全球龙头产业，电子信息技术产业本身已成为全球最大的产业，并带动新一轮的产业革命。电子信息技术比已往人类所发明的任何技术都具有更强的渗透性。以计算机为代表的信息技术已成为改造传统产业的有利武器，同时信息技术带动了一大批新兴产业，信息化程度的高低已成为一个国家经济发展的晴雨表。当今传统的技术进步已接近某种极限，今后任何工业领域的技术革命都要建立在信息技术基础上，没有信息技术作基础，大幅度提高传统工业的生产力几乎是不可能的。国际商用机器公司总裁郭士纳预测，芯片的集成度及处理速度，光纤、数据储存技术的基础研究成果足以使信息技术的性能再提高10倍。

# 21世纪是知识经济世纪

马克思说，科技是生产力；邓小平讲，科技是第一生产力；从现在看，知识就是生产力。知识是现代经济增长的首要因素。从历史上看，农业经济持续4000年，工业经济400年。今后40年，世界经济领域将发生一场革命，就是知识经济的革命。事实证明，一个国家知识越多，这个国家的经济就越繁荣，这个国家就越强大。许多学者认为，今后人们越来越少提发达国家和发展中国家，而是更多地提聪明、更聪明和最聪明的国家。因为最聪明的国家最有效率，最能吸引人才。

20世纪70年代，我们谈的最多的一个美国人名叫比尔·盖茨，对其人其事，从个人财富上谈得很多，对20世纪70年代历史发展变革出现这样一个代表人物，从深层次宏观方面思考的少。比尔·盖茨1975年20岁，几个同学几万美元起家，美国哈佛大学法律系一年级肄业。1985年30岁就成为世界富翁，1995年40岁时已连续6年成为世界首富。比尔·盖茨的发家史启示我们，农业社会靠土地致富，工业社会靠劳动力资本致富，知识经济社会就是靠知识致富。

# 21世纪是综合国力竞争世纪

综合国力不仅包括经济实力、科技实力，还包括民族凝聚力和国防实力。

世界综合国力的变化，主要有四种类型。

第一种类型是中国和印度，叫做崛起型。在全世界综合国力中所占的比重，中国提高了4个百分点，印度提高了1个百分点，因此属于崛起型。

第二种类型称为先崛起后衰落，就是日本类型。在1980年的时候它的综合国力占世界总量的6%，到了1995年，达到8.5%，提高了2.5个百分点。但是到了20世纪90年代，由于泡沫经济以后，开始迅速衰落，一下子降到了7%。

第三种类型就是俄罗斯，下降型。从1990年以来到2000年下降，总体上它由世界一流大国变成二流国家。

第四种类型就是美国，超级霸主。它的综合国力占全世界的比重还处在高峰期或强盛期，但是也很难说将来是不是会进入衰弱期。现在在技术资源上，它占绝对优势。

我国与西方国家综合国力差距很大。我们看到，美国在世界上称王称霸，今天打阿富汗，明天打伊拉克，靠的就是它的经济实力。据2004年资料，美国的

GDP14万亿美元，占世界份额33%，等于我国的6倍，也就是说世界1/3的财富是美国人创造的。美国的经济实力靠的是科技实力。近几十年，诺贝尔奖得主80%是美国公民。现在有一种说法叫世界科技中心在美国，世界科技强国是日本、德国、英国，世界科技大国是法国、意大利、加拿大，中国、巴西、印度被列为世界科技边缘国家。美国的科学研究全部放在大学，大学强，科研就强，几乎在全世界各个科技领域都占有领先地位。我们国家是两张皮，一张是科学院系统，一张是大学系统。

科技实力靠的是人才。美国有一个移民政策，允许五种人到美国就业：第一种是高科技人才，第二种是科技精英，第三种是美国本土缺乏的高级技术工人，第四种是宗教人士，第五种是外来投资者。21世纪初，美国对移民政策做出重大调整，从过去以亲情团聚为主转到市场需求导向，未来20年，美国需要100万信息人才，2005年美国创造了160万个技术岗位，其中一半岗位空缺，他们要从全世界抢夺人才。美国人口占世界人口1／22，拥有全世界1／2的研究生，1／3的本科生，1／4的科技人员。

我国现在与西方发达国家的差距主要表现在经济、科技和教育这三个方面。从经济差距来看，我国的基本国情是三句话，经济发展水平低，人口多，人均资源少。2007年GDP总量已经排在世界第4位了，但人均GDP仍然排在世界100位之后。2005年中科院的研究报告指出，中国与世界发达国家的差距大约是一百年时间，赶上世界发达国家大约需要一百年。

从科技差距来看，我国现在最大的差距是自主创新能力差。胡锦涛总书记在全国科技大学会上提出，增强我国科技自主创新能力，建设创新型国家。

创新型国家是国家发展的一种模式。世界上国家发展主要是三种模式：资源型发展模式，主要依靠自身丰富的自然资源来增加国家财富，比如，中东产油国家，像沙特阿拉伯等。依附型发展模式，主要依附于发达国家的资本、市场和技术，比如，一些拉美国家，像巴西、阿根廷、智利等。创新型发展模式，把科技创新作为国家战略，科技的实力和竞争力不断提高，比如像美国、日本、芬兰、韩国等。

韩国是从一个落后国家发展成为创新型国家的成功范例。1962年，韩国人均GDP只有82美元，与我国当时水平大体相当。到了2005年，韩国达到12000美元，等于我国的10倍。现在韩国人口只有4700万，经济总量却大致相当于我国40%。在半导体、汽车、钢铁、电子、信息、通讯等众多领域，韩国都比我国起步晚，但他们醒得早，技术能力和国际竞争力已经走到我们前面。

1988年，日本推出了高清晰度电视，这是当时的日本独家技术，日本很快制定自己的标准，梦想这样可以一举占领世界新一代电视的市场。但时过三年，1991年，美国突然宣布了数字式的高清晰度电视的标准。日本陷入被动，因为日本的产品是模拟式的高清晰度电视，是在现有的普通电视技术基础上渐进的创新，而美国的数字式高清晰度电视是在原理上的重大创新，得益于强大的原始创新能力。这等于说，日本的多年投资努力付之东流。由此可见，国家之间的经济、科技竞争的焦点是科技自主创新能力。

我国总是以四大发明为自豪，近代以来，火车、轮船、飞机、电灯、电话、电脑、家用电器等从原创意义来讲，没有一样是中国人发明创造的。有几个问题值得我们深思：

从1900年到2002年，获得诺贝尔奖、鲁斯卡奖、伽德纳奖、沃尔夫奖、菲尔兹奖、图灵奖、日本国际奖、京都奖等八项国际科技大奖的497名科学家中，没有一名中国国籍的科学家。中国科学技术信息研究所对科学引文索引（SCI）数据库1997年到2006年收录的论文，按22个学科领域分类分析，各学科排在前250名左右的顶尖科学家，全世界共约6097人。其中，美国排在第一位，有4016人；中国排在第十九位，只有19人，其中15人来自香港，4人来自大陆。

为什么迄今为止，中国本土上还没有一个人获得诺贝尔奖？只有六位华裔科学家在美国拿到诺贝尔奖。

为什么迄今为止中国还没有一所世界一流大学？世界一流大学一半是在美国。以色列已故总理拉宾自豪地说，以色列只有550万人口，领土60%是沙漠，90%是干旱地，但我们是农业强国，以色列出口产品中高技术产品占80%。有人问拉宾总理，是什么因素使以色列如此强大？他回答了一句话，以色列有七

所一流大学。以色列对教育非常重视，它在教育上的投入占GDP12%，我国3%不到，而且在以色列建国25年前，希伯来大学就诞生了，创建该校的首任校长魏茨曼后来成为开国总统。美国是先有哈佛大学，再有美国。

为什么能够代表中国最高科技水准的两项大奖——自然发明奖和科技进步奖，已经连续四年一等奖空缺？主要原因是我国原创能力弱，自主创新能力弱。

我国已经是一个经济大国，但还不是一个经济强国。因为产业结构重心还比较低，主要是在中低端产品市场上具有较强的国际竞争力。从经济发展的动力源的分类看，低端的动力源，主要依靠廉价的劳动力、土地，我国还没有完全摆脱这种模式。中端的动力源，主要依靠资本投入的驱动。我国经济发展还处在这个阶段。高端的动力源，就是创新驱动，就是依托技术创新和创新人才资源，掌握核心技术，创新自主品牌，拉动产业能级提升，促进经济社会全面协调可持续发展。

现在世界上有一个说法，一类企业卖标准，二类企业卖专利，三类企业卖技术，四类企业卖产品，五类企业卖苦力。什么叫标准，标准意味着完全的知识产权，是在产业链中利润最大最丰厚的那一部分，自然代表着科技发展的方向。大家看到我国DVD企业纷纷倒闭、破产，原因在于飞利浦掌握核心专利，要求中国每生产一台DVD播放机，必须交纳25美元的专利使用费。没核心技术必然受制于人。据了解，青岛海尔的中国制造、组装，一台电冰箱只赚几十元，而压缩机赚的钱最多。我国也能生产压缩机，但技术不过关，生产的压缩机只能用几年，而从国外进口的压缩机能用十几年，甚至二十年。我们曾经进口过日本、意大利的，但价格太贵，如果继续进口他们的压缩机，卖电冰箱就得亏本，现在进口巴西的。

耐克鞋在美国卖100美元，通过中间商转让给福建一家乡镇企业生产出的耐克鞋在美国仍然卖100美元，按国际惯例分成，美国75美元，中间商22.5美元，乡镇企业仅得2.5美元。

中国汽车业发展很快。今后15年没有任何国家市场需求会超过中国。但中国没有一个世界品牌。中国在经营产品，世界发达国家在经营品牌。中国品牌

的价格被打压，而世界的品牌在涨价。经营好了品牌，攻破了核心技术，价值才会得到体现。国内所有自主品牌都在苦苦经营产品，却没有去经营品牌。德国就那么三、五个品牌，而中国有自主品牌的企业却有几十个，甚至一个企业都有好几个品牌，但是没有一个叫得响的。

中国汽车业表面上很繁荣，实际都没有掌握核心技术，如整车设计、汽车电子、先进的自动变速箱、先进的发动机、先进的底盘技术等。我们缺乏核心技术，自主创新上还有很大缺陷。

有一个统计，全世界每四部手提电脑中，有一部是江苏生产的，每三部数码相机中，有一部来自江苏，但知识产权是外商的，产品的高附加值利润都被外商所获取。我国可以生产一流奔驰汽车了，但核心技术是人家的。目前手机售价20%，电脑售价30%，数控机床售价的40%都要交给外商专利持有者。

这次国际金融危机中，有三个国家的货币受影响较小，美国、日本和德国。这三个国家都有核心技术。美国把金融体系搞成这样，但为什么美元反而增值？因为美国有东西可以卖给世界，那就是高科技。德国是世界上最大的商品出口国，出口的东西，大多数要么是别国生产不了的，要么是别国生产了也没有它的好。上世纪50年代的日本人向别国买技术，而现在卖核心技术给别人。现在世界的说法是，董事会到欧美去开，技术销售会到日本韩国开，生产加工会才跑到中国开。我们没有自己的完全知识产权，只能做别人的加工车间。

当前，经受金融危机的西方发达国家，正在努力以打造低碳经济、绿色经济、生物工程、新一代物联网经济为特点的经济框架，全球发展正处在大变革、大调整过程中，我们要增强创新发展的紧迫感和危机感。

美国总统奥巴马2011年1月25日发表国情咨文演讲，突出美国未来三大经济信号。其中一大经济信号是，推进创新，提高美国竞争力。奥巴马说，当前世界已经发生了深刻变革，中国、印度等国家能够在这个新的世界进行竞争。美国要想赢得未来，就不能停滞不前。

2010年，奥巴马在美国费城实验学校演讲中说，中国和印度的学生比以前更加努力学习，你们（美国学生）将来要和他们竞赛，你们在学校成功不仅决

定了你们的未来，也决定了21世纪美国的未来。美国要努力培养全球化竞争中的高端人才！我们不和他们（中国和印度）竞争工程师和技术工人。

在奥巴马看来，要保持美国的竞争力，第一步是要鼓励美国人创新。奥巴马说，没有人能够预计下一个巨大产业是什么，或者新的工作在哪里。30年前，我们不知道互联网会带来一场经济革命。我们能够做的是鼓励美国人的创新和想象力。

从根本上讲，我国经济需要高端的动力源，我国经济需要高水平的增长，尤其需要高质量和高效益的增长，我国经济结构调整的核心目标是在国际产业分工体系中，在全球产业价值链的高端中占据重要地位。这就必然要求我们把自主创新作为产业机构调整的根本途径。

# 挑战篇

# 全球化经济挑战

当今世界经济格局最显著特点是全球化。当今世界的一个基本特征，是人类进入了经济全球化时代。我们都在谈论全球化，但是真要回答什么是全球化，可能一下子还真说不出来。

什么叫全球化？在这里引用一位记者曾讲过的一个故事：一位英国王妃和她的埃及男友，乘坐一辆由一位喝多了苏格兰威士忌酒的比利时司机驾驶的装着荷兰发动机的德国汽车，被一群骑着日本摩托车的意大利狗仔队追踪，在法国的一个隧道里发生了车祸，抢救王妃的是美国医生，用的药主要产自巴西……大家一听便知，这位记者是在借用戴安娜王妃出车祸的事来阐述他眼中的全球化。这也正是现今人类所处时代的写照：世界各国或地区间的相互依存度迅速提升，并达到了一个相当高的水平，你中有我，我中有你，国内和国际事务变得很难严格界定。

在经济全球化的趋势下，我国已经加入了WTO，短时间内我们也许不会看到什么苗头，但不久我们就会看到，它的影响与我们将来就业、考虑自己的发展前途有着很大的关系，对我们的生活将会有重大影响。

据报道，我们入世以后，将同意外国投资者进入我国的电信行业，并可占49%左右的股权。我国在电信行业垄断性很强，有个笑话，说的是由于行业垄断造成收入差距拉大，老百姓对此很有意见——移动公司老总上公厕，守门人说："进去三毛，出来两毛。"老总问："为何出来还收费？"守门人回答："学习中国移动，实行双向收费。"结果老总出来时又被拦住了，守门人说："你蹲的是8号坑，交1元选号费；你这次操作超过了3分钟，再交1元超时费；在你操作的地方有背景音乐，还要交彩铃费1元。所以你此次操作共计消费3.5元。"最后建议："如果常来的话，我建议你办个'厕所套餐'，既方便又优惠。"这就说明行业、部门资源分配不公在老百姓中造成反响。

而现在外国可在我们国内经营电信服务业，不久以后我们将会发现电话费、寻呼费、上网费等都将大大降低，并且服务质量将会有很大的提高。金融服务业也是如此，外国可以在中国开办银行，开办保险业，与我们国内的同类行业进行竞争。外国的建筑业也可以平等地进入我国的住房市场，在技术、管理方面给我们带来了一些先进的东西，同时也带来了挑战。入世对我国农业的冲击尤为巨大，美国的水果、小麦、牛肉、柑橘、玉米都要进入中国市场。而我国现在的农业情况怎么样呢？不容乐观。

对全球化我们头脑要清醒，是在美国为首西方国家主导下的全球化，是在一种不公正国际秩序下的全球化。对发达国家和发展中国家来讲，绝对不会是机会均等、利益均分，挑战和机遇也不是半斤对八两。专家预测，发达国家将进一步摆脱物质生产的桎梏，而成为向全球经济提供知识、技术、智能和思想的"大脑"国家，而发展中国家将成为利用这些知识、技术、智能和思想进行物质生产的"躯干"国家，整个世界将出现社会财富向拥有知识和科技优势国家聚集的趋势。全球化是机遇，也是挑战，但如果没有足够的思想准备、观念准备、人才准备、文化准备，未必机遇大于挑战。

有人讲，美国手中有四件武器可以打败全世界，第一，他手中的美元；第二，他的五角大楼；第三，他的因特网；第四，他的好莱坞。分别代表了美国的经济、军事、科技、文化。对全球化美国西方国家一点不回避，就是西方化、

美国化，用西方的意识形态、价值观念、生活方式影响世界，改造世界。而全球化确实也容易使国内一些人淡忘国家意识、消解民族身份、失去对传统的认同感。

现在国内不少地方，我们的传统节日已经逐渐淡化了。中秋节成了月饼节，端午节成了吃粽子。曾有一个学校调查，问小朋友知道端午节是干什么的？回答：吃粽子。老师说不对，端午节是纪念一个叫屈原的人。知道他是谁吗？回答：香港歌星。事实上，自己节日不过热衷于洋节，对情人节、复活节、圣诞节乐此不疲，面对民族节日没有热情，已成为普遍情况。在全球化背景下，怎么使青少年既有国际眼光世界意识，又有民族自信心这是一个挑战。

儒家文化，我们民族文化。我们自己没有尊重。但是东南亚国家、日本、韩国、新加坡尊重了。文莱国王讲，西方国家用西方价值观念影响我们，我们就用儒家文化抵制他们。他们没有办法。对先生这个词这个称呼很珍贵，后来滥用了，什么人都可以叫先生。上厕所没带纸，问别人，先生，有多的吗？但日本人继承的很好。在日本只有三类人可以成为先生。哪三类人呢？老师、律师、大夫（医生），其他人都不配，当首相也不配。早晨上班，要是幼儿园老师遇到省长，省长都得先鞠躬。“先生，早晨好！”肯定省长先鞠躬。人家就是这样重视儒家文化，尊重知识，尊重人才。

前段时间，我国有个代表团到挪威学习养老经验，包括怎样建造和管理养老院。可挪威人说，你们搞的居家养老才是全世界最好的方式。西方国家把老人收进养老机构，就像把一棵树从原来的土里连根拔起，活生生的生活不见了。但中国让老人住在家里，由社区提供帮助，不脱离原来的生活环境，这是对老人最人性的照顾。“居家养老”外国人看到的是中国智慧。他们的观点，老人是家庭的根，家庭是老人的土壤，家庭应该承担养老的首要责任。而且远亲不如近邻，社区能够帮助家庭更好承担这份责任。

笔者曾经和我国一个老教育家交谈过，他讲他那一年到美国印第安部落去访问，印第安人很热情，老远就说老家来人了，老家来人了。为什么说老家来人了呢？印第安人是黄种人，原来住在亚洲一带，蒙古这一带，他们是美洲大

陆最早的发现者，但他们没有因为在美国长期受压抑歧视而感到自卑。印第安人给这位老教育家讲了一个非常有趣的故事：人是上帝造的，上帝把人捏成泥人放到窑里去烧，第一次烧没有烧透，拿出来一看是生的、白的，就是现在的白种人，把他们放到了欧洲一带；第二次烧一下子烧过头烧焦了，拿出来一看是黑的，就是现在的黑种人，把他们放到了非洲一带；第三次烧恰到好处不白不黑，就是现在的黄种人。黄种人是最成熟的人种，而白种人是生的、不成熟的，语言里充满了自豪，说明什么？说明一个民族在很困难情况下，总要找一个理由来提升自己民族自信心。

诺贝尔奖获得者杨振宁回国的时候，当他得知中国的原子弹完全是我国自己独立自主研制时，激动地流下了眼泪，说中国人再也不会受外国人欺负了。大家知道美国的原子弹都是前欧洲的科学家、前苏联的科学家研制成功的，我国完全是独立自主研制的。

# 科技化世界挑战

科学技术是一把双刃剑，一方面造福人类，另一方面可能毁灭人类。科技技术发展未必能带来人的思想道德水平的提高，搞不好人欲横流、物欲横流。现在西方已经有一批青少年什么都想得到，什么都不想干，什么都无所谓，没有责任意识。叫智能强盗、经济动物，人格低下、精神空虚、道德沦丧。

当今世界最大危险不是原子弹，不是核云盖顶，而是人类道德堕落；最大残疾是人类心灵残疾。诺贝尔奖获得者菲依蔓曾经有一句话：科学这把钥匙，既可以开启天堂之门，也可以开启地狱之门，究竟打开哪扇门，有待于道德的引领。

美国“9.11”事件已经9周年了，世界上闻所未闻，美国历史上绝无仅有。值得我们高度注意的是当代世界上恐怖主义已经出现了高科技化、高智能化的特点，一大批高智商的人加入到恐怖集团当中，他们对高科技了如指掌。最近美国建筑大师华裔贝聿铭，他说去炸美国世贸大厦背后策划的人是智商很高的人，飞机撞底部不会塌，飞机撞顶部顶多缺一块它也不会塌，两次飞机撞的都是同一部位，三分之一部位，从力学观点看能把大厦撞塌的部位。日本邪教奥

姆真理教，就是网罗了一批高水平的化学专家、物理专家、电脑专家、医学专家，制造了日本东京地铁毒气恐怖事件，几百人死亡。

有知识，但没有人性的“人”，更可怕。科学技术可以成为正义方的武器，造福人类，带给人类文明，也可以成为邪恶方的帮凶，带来灾难，带给人类野蛮。没有人性的科学技术是“洪水猛兽”。只有知识，没有人性的“人”，是出圈的狼，是发出的原子弹，祸害无穷，比没有知识更可怕。一位纳粹集中营的幸存者，当上了美国一所中学的校长。每当一位新老师来到学校，他就交给那位老师一封信，信中这样说：

> 亲爱的老师，我是集中营的生还者。我亲眼看到人类所不应当见到的情景：毒气室由学有专长的工程师建造；儿童由学识渊博的医生毒死；幼儿被训练有素的护士杀害；妇女和婴儿被受过高中或大学教育的人们枪杀。看到这一切，我怀疑：教育究竟是为了什么？我的请求是：请你帮助学生成为具有人性的人。你们的努力绝不应当被用于制造学识渊博的怪物、多才多艺的变态狂、受过高等教育的屠夫。只有在能使我们的孩子具有人性的情况下，读写算的能力才具有其价值。

总之，没有人性比没有知识更可怕。任何一项科学技术既可以被充满人性的人拿来造福人类，又可以被缺乏人性的人拿来危害人类。高科技需要高道德人掌握，否则就是灾难。因此，我们提出，科学技术发展要求我们青少年对人类有更高的道德责任感。

# 市场化社会挑战

现在经济持续发展，社会不断进步，新时期、新阶段是一个迅捷发展的时代，也是一个转型过渡的时代。在这个时代，从全世界来看是市场经济的时代。具体分析这个时代的特征，它有伟大的一面，也有渺小的一面；有令人欣喜若狂的一面，也有令人担忧的一面；有光辉灿烂的一面，也有阴暗丑陋的一面。这是转型时代的一个显著特点。这个时代，市场经济的巨大杠杆使物质财富奇迹般地涌流，但是所出现的问题，也是闻所未闻的。

这些问题的出现并不奇怪，这是我们伟大时代的两面，是一个硬币的两面。与时俱进、改革创新、日新月异，确实反映出了时代特点。只有改革创新才能跟上这个时代。但是，不要忘掉我们也还有需要坚守的一面。如果只讲变化，不讲坚守，只讲更新，不讲延续，就会处于永无休止的变动之中，就会感到世事无常，就会觉得命运不可知。我们一定要在这个变化异常的时代找到我们应该坚守的东西。

市场经济崇尚多元经济多元利益，如何在多元之中有主导，多样之中有主体，多变之中有主线，在利益多元化条件下坚持为人民服务的价值取向，这又

是一个挑战。

现在我们看到，分配方式不一样，机制不一样，人的收入多少不一样，一个月收入几百元的，几千元的，甚至几万元的，往往容易引起人们思想上的不平衡、不满意、不满足、不理解，在利益多元化条件下怎么坚持为人民服务的取向？这是一个大问题。正确理解是：为人民服务就有道德，不为人民服务只为自己服务就没道德；想着别人就有道德，不想别人只想自己就没道德；给别人做了贡献就有价值，不做贡献就没价值。这就是为人民服务价值取向。现在很多经济大案不断被揭露，有些高官纷纷落马，看起来是经济案子，实际上是理想信念丧失，价值观扭曲。

有位年轻干部，很有培养前途，让他下去挂职锻炼，一年时间贪污受贿100万，组织上很震惊，在审查的时候他说了句让组织上更加吃惊的话：共产党待我不薄，组织上对我不错，共产党垮台了我靠谁啊？我还是先捞点钱财再讲。这和河北第一贪李真，临死前的话如出一辙，就是没有精神支柱了。

外国留学生和我们大学生交谈，他们讲：我们国家民族有一个好的传统习惯，凡是为国家民族做出牺牲贡献的人，人们是永远不会忘记的，你们中国不是仍然在纪念张思德、学习雷锋吗？我们学生怎么讲：不错，过去我们国家确实有一批这样的人，但我相信，今后我们国家再也不会有像他们这样一批傻瓜了。这不是价值观的问题吗？社会主义市场经济体制的建立，推动了社会转型，动摇了传统价值观体系，新的体系尚在构建之中，经济成分、经济组织、就业方式和分配方式的多样化，导致青少年价值取向的多元化，使一些青少年在道德评价、道德行为中出现了一系列困惑与迷茫。

迷茫、郁闷、浮躁、失落成了一些青少年常常遭遇的精神寒流，以致出现了“理想真空，精神贫血，价值悬浮”的现象。功利化、粗鄙化、物质至上渐成风气，混学分、逃课、作弊、当“枪手”、沉迷网络……竟成了一些青少年的生活方式。

我国当代学校教育存在三个缺失：知识缺失，学生知识面窄得可怜，在历史、社会、人文知识方面几乎是一片空白；价值缺失，我国社会在“文革”之

后未迅速建立起新的健康的价值观，出现了一个时期的“价值真空”，特别是在市场经济冲击下，学校与社会“无缝对接”而过分讲究功利；道德底线缺失，一些青少年缺乏道德感，缺乏对弱者的同情、对自然的热爱和对和平的珍惜。

一些青少年缺乏理想和信仰、道德底线下移、急功近利和浮躁等却是不争的事实。而且，社会上一些价值取向对青少年学生也有着不良影响。社会、学校和学生家长的潜在教育期望不是培养人，而是培养“人上人”，而且榜样大都是“大官”、“大款”、“大腕”。社会逐渐认可只有这些人才是成功者，而一些默默无闻、道德高尚、追求真理、勤奋读书的人却无处安身，找不到在社会中的位置。这种现状让青少年感到做学问、说真话、默默奉献的人“没出息”、“太傻”。慢慢地，一些青少年的价值取向变得只管有用无用、有利无利，不管是非对错、善恶美丑，一些青少年成了缺乏眼光和胸怀、缺少人文情怀和公共情怀、价值迷茫的“新生代”。

当今世界被西方价值观支配着，国际上人才西走，国内人才东流，这是价值观的问题。当官的想怎么一步登天，做学问的想怎么一举成名，做生意的想怎么一夜发财，都属于价值观的问题。所以说市场化社会挑战，要求青少年学生确立为人民服务的价值取向。

# 数字化学习挑战

今天的学校，人人是网页，处处可上网。据调查，我国青少年学生平均每天上网达到三个小时，网络活动已经成为青少年学生基本的学习方式和生活方式。青少年通过网络表现自我、交流思想、表达诉求、寻求知识。他们的关注点在网上，兴奋点也在网上。网络正影响着青少年的价值观念、文化情趣、综合素养、行为方式。

互联网拓宽了青少年的信息与知识来源渠道。备受青少年网民追捧的维基百科、百度等知识聚集型网络应用站点、拥有众多用户的GOOGLE等搜索引擎、各类门户网站点，专业知识数据库、新闻讨论组等海量、便捷网络信息载体的出现，拓宽了青少年网民获取信息和知识的渠道，极大提升了资讯传播的效率。

互联网改变了人与人关系。社会是随着生产工具的发展而发展：石器把人类社会大大向前推进了多少万年；铜器、铁器把人类文明又大大向前推进了多少千年；蒸汽机的出现，让人类开始同封建社会告别，迎来资本主义社会。铜器、铁器是手的延长，蒸汽机是体能的倍增，今天的电脑是人脑的扩展。那么把一台台电脑联成一体的互联网，它既是作为人体总指标的大脑的扩展，更是

人的五官的全面拓展，把人的眼睛变成了神话中的“千里眼”，把人的耳朵变成了“顺风耳”，把人的双脚变成了“飞毛腿”……面授机宜变成了远程教育，教育方式因此起了变化，看病开始了远程会诊，医疗方式起了变化。互联网既变革了生产方式，也变革了生活方式。

互联网改变了青少年的学习与认知方式。各种网络浏览器为青少年提供了便捷浏览网络海量信息的有效方式，超文本链接语言造就的信息链接方式，在电脑显示屏幕上呈现出一张环环相扣的密集信息网。当广大青少年发现所有疑惑似乎都可以简单通过点击鼠标查询到标准答案时，不假思索地快速浏览成为一个必然选择。久而久之，快步式的资讯阅览、低成本高效率的问题解决方案成为青少年学习与认知的方式。

互联网迎合了青少年特定的兴趣需求。一方面，互联网的资讯性、具体性和感性体验方式，迎合了青少年的种种特定的兴趣需求，对青少年具有强烈的吸引力和号召力。另一方面，网络互动主体的异质性带来了新奇的观点、丰富的创造、精彩的言论、多样化视角，批判的意识等等，都带给青少年新鲜新奇的经验，强烈吸引青少年。

互联网模糊了青少年的价值观念与选择标准。海量的网络信息带来的是不同的意识形态、冲突的文化价值观念甚至腐朽堕落的精神垃圾。伴随着海量信息不同的价值观念与选择标准对青少年形成巨大的冲击，会产生模糊青少年的价值观念和选择标准的影响。

青少年学生普遍思想活跃、个性突出，强烈希望在平等中交流，在自主中选择，但也容易在多元文化冲击中迷失主流价值观，也容易在网络虚拟世界中远离现实生活。

数字技术发展改变了青少年学习方式、思维方式、生活方式乃至话语系统。网上语言许多父母不懂。过去是孩子不了解父母，父母很神秘；今天倒过来了，父母不了解孩子，孩子很神秘。有的孩子与父母急了，说父母是“菜鸟”，是“蛋白质”。父母听得一头雾水，还以为孩子夸自己呢。其实，这是网上的语言：“菜鸟”指没本事的人，“蛋白质”是笨蛋、白痴、神经质的总称。

面对大量信息、海量信息，不少青少年不知所向、不知所取、无所适从，陷入网络以致不能自拔。我们分析，现在不少青少年面对这三个世界的碰撞和冲突：第一个，现实世界，第二个，理想世界，第三个，虚拟世界。出现一种什么情况？信息异化的情况。信息是人创造的，反过来又控制着人。整个人类经历了自然异化、科技异化、商品异化，如今又进入了信息异化。现在大学退学学生，80%都属于沉迷于网络，学习成绩急剧下降。

有一个现象，不少人基本上是三五分钟时间要拿出手机来看看，看什么？看短信。大家知道不少短信是有用的，但很多是无聊的、无意义的。一个人，他全身心干一件事情，他未必能干好。如果三五分钟他这样分心，能搞好事情吗？除非他是神仙！是不是也有点信息异化之嫌啊？你被信息控制住了。

最典型例子，云南大学马加爵杀了四个同学，他本身是典型的网迷。马加爵是广西人，家里非常贫穷，对社会不满情绪很重，他又无可奈何，只好经常上网寻找刺激消遣。马加爵是学生物学的，他知道人的要害部位，他买了一个锤子，一锤子解决一个。很多教育专家说马加爵是心理问题，其实他是人性问题。他杀了第一个同学后就是藏在学生宿舍的柜子里面，晚上还邀请其他同学到他宿舍来打扑克牌，若无其事。杀了两三个之后，其他同学要找丢失同学，他这才慌了，跑了。

马加爵陷入了网络关系，回避了现实关系。什么叫现实关系？人与人之间的关系，充满了亲情、爱情和友情。什么叫网络关系？数字化、虚拟化、符号化的关系。所以说马加爵杀同学就像杀动物一样，毫无人性、毫无情义，手段极其残忍。因此，数字技术发展要求青少年处理好现实与虚拟的关系，培养自己正确的选择分析判断能力。

对青少年来说，网络是一把双刃剑，一方面青少年可以很好地利用网络，掌握高科技，开阔视野，但同时一些青少年受到网络伤害。研究表明，网络给青少年带来的伤害有：身体伤害、心理伤害、成长伤害、行为伤害。

身体伤害一类是指青少年由于天真无知、盲目信任，结果被网络犯罪分子利用、欺骗或者袭击而引发的身体伤害，如遭受强奸、抢劫等。另一类是指青

少年由于长时间使用电脑造成的生理伤害，如视力下降、激素水平失衡、免疫能力降低、焦虑、颈椎病、干眼病等。

心理伤害最为典型的是网络成瘾。网络对孩子的心理伤害，我们归结为三种，一种是经常上网导致角色的混乱，分不清现实和网络。另一种，由于长期沉迷网络，容易导致网络孤独症，他的生活、跟别人的交流等完全是网络化的，跟周围人的情感非常淡漠。第三种，慢慢形成一种网络依赖，把网络作为唯一的伙伴，如果没钱了，不能上网了，他可能会偷钱抢钱，无法控制，非常烦躁。

成长伤害是许多青少年沉迷于虚拟世界，导致社会化不足，妨碍正常社会人格的形成。网络犯罪青少年大部分缺少关爱，没有良好的成长环境。一般来说有三种缺陷家庭，一是失和型家庭，包括单亲家庭、继亲家庭、婚姻动荡家庭。二是打骂型家庭，孩子经常遭到打骂，容易导致压抑、自卑、逆反，跟父母的关系紧张，就会在网络里寻找他所需要的东西。第三种是放任型家庭，夫妻离异以后，双方对孩子都放任不管，孩子觉得家庭没有温暖，上网就成了他们寻找温暖最便捷的方式。另外，辍学的孩子容易沉迷网络。

行为伤害在网络中，青少年猎奇和挑战自我的心理膨胀，导致价值观念模糊，往往会导致网络行为偏离或者违反社会规范。

青少年如向正确认识现实与虚拟的关系，培养自己正确选择、分析、判断能力，这是一个大问题。

# 成才篇

当代青少年要树立远大理想，学好知识本领，服务祖国人民，实现自身价值。

学习是前进的基础。青少年时代是学习的黄金时期，这个时期精力最充沛、时间最宽裕、思维最活跃，最有条件也最应当集中精力投入学习。青少年要珍惜大好年华，勤学苦读，孜孜以求，长知识、长见识、长才华，为人生成长、成才、成功打下坚实的基础。

热爱是最好的老师。热爱点燃激情，热爱催生奋进，热爱是人生智慧不竭的源泉。热爱根植于理想信念，当代青少年成长要把民族命运、国家发展和人民福祉系于双肩，用大热爱去成就大事业；热爱更意味着艰辛付出，要耐住清贫、守住寂寞，乐于奉献，勤于耕耘；要从热爱中汲取力量，从热爱中增添信心，从热爱中成就理想。

快乐是生命的支点。要有积极的眼光，才能发现快乐。心态决定状态，要保持良好的心态，才能拥有快乐。凡事需要合理定位，要作出正确的选择，才能创造快乐。要正确看待社会，正确对待人生，多看光明美好的东西，多看充满希望的东西，多看积极向上的东西，始终保持阳光、自信、向上的心态，让生命充满快乐。

追求是创造的动力。有追求就有动力，有追求就有创造。要始终保持好奇心，始终保持创造激情，不断追求更高目标，不断探索未知世界，不断获得创新成果。青少年要把对远大理想的追求，同党和人民的事业结合起来，在不懈追求中实现自己的理想。

历练是成长的阶石。要积极适应就业形势和就业方式的变化，转变就业观

念，放宽择业范围，勇敢走向社会，勇于面对挑战，敢于在社会的大舞台上去闯荡历练、赢得机会、实现自身价值。要有创造精神，以坚韧不拔的创业来适应这个适宜创业的时代。

# 第一讲 做人立身之本

坚持把优良品德作为修身立业的根本。修身、齐家、治国、平天下，修身是根基、是关键、是铸造辉煌事业的人格支撑。“有才无德，其行不远。”没有良好的道德修养，就难有高尚的精神境界和健康远大的理想追求。中华传统文化中，把“庄重、宽厚、守信、勤勉、慈惠”五种品质作为仁者的行为规范，把“礼、义、仁、智、信”五种品德作为理想的道德规范。

如：民为贵、君为轻的治国理念和民本思想，清正廉洁、克勤克俭的为官之道，允公允能、德才兼备的用人标准，如履薄冰、朽索驭马的防腐意识，先天下之忧而忧、后天下之乐而乐的幸福观念，天下兴亡、匹夫有责的忧患意识，精忠报国、捐躯济危的民族大义，富贵不淫、威武不屈的气节操守，自强不息、精进向上的积极人生，格物致知、知行合一的求实精神，温良恭俭、己欲达而达人的人间关爱，厚德载物、不涓细流的博大胸襟等，都对青少年有着重要的镜鉴和启迪作用。

这些中华文明中的精髓，充分体现了中华民族以德治国、以德处世、以德做人的高贵人格品质和崇高思想境界。历史已经进入了21世纪，我们的道德标

准和思想品质应该比古人要进一步，要继承发展创新，创造出符合社会进步和现代文明更为高贵的品质。

未来的竞争归根结底是人才的竞争。面向21世纪的社会，是现代化的社会，是知识的社会。在这个社会，知识是社会的核心，没有什么官本位，看你是厅级处级还是哪一级干部；也不是钱本位，看你是亿万富翁，还是百万富翁；而是人本位，看你的知识看你对社会的贡献。在现代化社会里，人们是在用这样的价值观念去驱动社会发展。这对于每一位有责任感的当代青少年来说，一定要牢固树立面向未来，发奋读书，积极进取，奉献社会的思想。特别是对自己成才要求，要自觉适应社会发展需要。根据21世纪的要求，提高自己的素质。

素质的概念是什么？知识加能力，再加上一个能使知识和能力更好地发挥作用的东西——做人。素质可以包括这样四个方面：一是思想道德素质；二是文化素质；三是业务素质；四是身体心理素质。当前许多人在呼吁大力提高青少年的思想道德素质。这是一个关系到把什么样的中国带入21世纪的重大问题。据报道，1988年1月8日，诺贝尔奖获得者聚集巴黎举行会议，会议的宣言中有这样一句话："如果想在21世纪生存下去的话必须抬头看2500年。"意思是说，当今世界，人类不能只到爱因斯坦、牛顿那里寻找智慧，这就说明他们已经在为当前的文化、道德、社会危机担忧。日本1868年明治维新后，高等教育获得了迅速发展，但日本有的学者认为他们的高等教育忽视了"另一半教育"的教育，即忽视了能力、道德、文化的教育。

意大利诗人但丁的一句名言：一个知识不全的人可以用道德去弥补，而一个道德不全的人却很难以用知识去弥补。中国历史上强调做人，而且强调做君子。一个人有道德才叫君子。德胜才谓之君子，才胜德谓之小人，而一个人德才兼备，那就是圣人了。我们的青少年人人都可以成为圣贤。这就要求我们做到既有文化知识，又有良好的品德；既了解书本知识，又了解中国的社会实际；既懂得科学的理论，又能够艰苦奋斗，吃苦耐劳。做到这些，就是圣人，就是对自我认识的一种飞越，对社会责任的一种升华。

学会做人，这是人生永恒的主题。学会做人是立身之本。学习知识掌握知

识只是服务社会手段，前者的学习是根本性的；后者的学习是工具性的。如果我们重智轻德，忽视自己自身品德塑造，必然导致片面发展。按照片面发展理念，培养出的人有一种概括，叫有智商没有智慧、有知识没有文化、有文化没有修养、有欲望没有理想、有目标没有信仰，最终是有青春没有热血。这将是十分危险的。

清华大学刘海洋伤熊事件，发人深省。刘海洋已经被清华大学免试保送研究生了，偏要拿着硫酸跑到北京动物园泼到狗熊身上，看看反应如何，缺乏人文道德。

有的毕业生到银行工作，拿着别人的钱搞到自己账号做证券生意，高达几百万，高科技犯罪、计算机犯罪。我们有的学生在校期间还算是优秀学生，计算机很优秀，做人不优秀，世界观不优秀，最终走上了犯罪道路。

我们有些毕业生，被中外合资企业炒鱿鱼，不是因为他专业能力不行，而是品德修养不足。千万不要以为你专业能力强就可以一俊遮百丑。

有个在德国的留学生，学习很优秀，毕业后在德国到处找不到工作，很纳闷不服气，后来问人家原因，人家告诉他：根据我们查到你的情况，你在德国乘坐公共汽车有三次逃票记录。

前些年，全国高考命题作文，题目《战胜脆弱》，某省某地有近二成考生在高考作文中战胜了脆弱，没有战胜虚假，在高考作文中，都说高考前夕，父母双亡，面带微笑，走进考场，令高考阅卷老师目瞪口呆。

我们做过大学毕业生跟踪调研，用人单位一致反映大学生首先要做人，做人是做事的基础。有位企业老总讲得很深刻，人都做不了，还做什么事？只能做坏事，只能害人。

开国元勋陈毅元帅讲，空军飞机员飞行技术不好不行，但飞机技术很好，一飞就飞到敌人那边去了，更不行。无能不行，无德更不行，才高而缺德是灾难。一个人学习不好他是次品，身体不好可能是废品，品德不好就是危险品，是对社会的潜在威胁。要成才先成人，不成人宁无才，有德无才要误事，有才无德要坏事，成小事靠业务本领，成大事靠思想品德和综合素质。

道德人格、思想品质比谋生手段训练、专业知识学习、竞争能力培养更重要。一个堂堂正正的人，可以做好任何一件事，一个工具化的人，只能机械完成一件事。人品第一，学问第二；文品第一，文章第二。

现在出问题青少年学生大部分不是因为智力因素而是非智力因素。将来学生到社会能不能成才，固然有能力不够的原因，但相当一部分是因为思想品德问题。不会团结，不能与别人合作，他就是有再大本事也没用。现代社会，青少年学生多学点知识，少说点知识，多读本书，少读本书，对其发展、成功、成才没有任何影响，但人生观发生偏差，做人理念缺失，将毁坏学生一生。一个大写的"人"字，"一撇"加一"捺"，其实就是品德加"才智"，两者缺一不可。要成人就要立德，要具有理想信念、公民素质、健全人格。

有一位老先生说，我这一生和各种各样的人打过交道，但是到目前为止，还有两种人没有认识清楚。一种是好人，一种是坏人。后来我就考虑，这真的是至理名言，我们生活当中谁是好人？谁是坏人？生活当中一坏到底的人可能很少，往往是一失足成千古恨。生活中纯粹的好人、纯粹的坏人都是极少数，绝大多数人都是不好不坏的，所以儒家才强调人的向善性。

儒家思想的一个重要特点是劝人向善，而不是说人已经是善的。比如孔子思想，它一方面强调君子和小人之区别，另一方面让人向君子方面努力，"君子坦荡荡，小人常戚戚"，"君子和而不同，小人同而不和"。孟子就更自觉了，他给人划了一条理想的标准，高标准是人皆可为尧舜，每个人都不要放弃自己的人生理想，孟子还给人定了一条伦理底线，"人所异于禽兽者几兮"，我们每个人和禽兽的区别就那么一点点，要好好守护，否则一不留神就变成禽兽了，只要我们咬咬牙一坚持，就变成君子了。好多腐败分子落网后回忆时，许多坏事都忘掉了，但他做的第一件坏事他会记得非常清楚。有专家研究改革开放以来腐败频率，其中就提到了腐败分子对第一次腐败的深刻印象。人与禽兽之分，按照孟子的解释，人是什么？人是在禽兽与尧舜之间挣扎的动物，所以人要好好地思量自己，如何做人。

国内一项大型权威调查提出，现在社会对大学生要求，第一就是思想道德

素质和敬业奉献精神；第二是获取知识、发现解决问题能力和业务知识水平；第三就是社会经验和实践能力。从企业的反应看，企业对大学生总体评价是肯定的，如外语和计算机水平高，知识面开阔，思维活跃，但也提出了很多意见批评，反应大学生能力说的问题是动手实践能力不足。但更多意见是思想品德上的：一是自我中心主义，唯我独尊，不善于与人协作共事；二是心态浮躁，不愿意到生产和销售第一线，只想在办公室搞管理，到实验室搞科研；三是缺乏对企业的忠诚，动不动就想跳槽，只认收入，也不管事业上是否有前途，不顾企业对自己培养付出的心血；四是缺乏意志力，工作中遇到难题不是迎难而上，而是知难而退，回避矛盾，把难题扔给别人。有位外企主管说，现在大学生的责任感和专业能力不适应国际化企业的要求，已经影响到他们管理人才本土化战略。

国外对道德高度重视，最近从许多著名跨国公司在中国选拔人才的条件、招聘标准得到启示，著名的IBM公司要求人才三条：第一，必胜的信念；第二，又快又好的执行能力；第三，团队精神。美国微软公司喜欢三种人：有激情的人、努力工作的人、聪明的人。美国通用电气公司标准两条：第一，进取心，第二，聪明。最近日本政府制定人才标准，设立A、B、C、D四项指标，所谓A：抱负理想；B：自信；C：制定人生规划；D：行动。资本主义国家也把理想抱负放在了首位，当然内容和我们不一样。

现在国外针对优秀人才评价标准主要参考是六个方面：第一，品行；第二，动机；第三，潜能；第四，理解力；第五，知识；第六，经验，重要程度依次递减。把品行放在了第一位。它们之间什么逻辑关系？有五句话简要概括：第一句，没有品行光有动机很危险；第二句，没有动机光有潜能是无能；第三句，没有潜能光有理解力是有限的；第四句，没有理解力光有知识毫无意义；第五句，没有知识光有经验则变得非常盲目。

“9.11”是一场灾难，“9.11”事件中发生了三件事，都可以让我们从中看到精神和道德的伟大力量。

第一件，世贸大楼顶部被飞机撞击后，烈焰奔腾，形势千钧一发。楼上的

人们通过EXIT向下逃生的时候，并不特别慌乱。人往下走，消防队员往上冲。互相让道，并不冲突。有妇女、小孩、盲人到时，人们都自动地让出一条道来，让他们先走，甚至还给一条宠物小狗让道。

第二件事，“9.11”的第二天，世界就知道这是阿拉伯恐怖分子所为。一些阿拉伯商人也受到袭击。这个时刻，有相当一批美国人自发地组织起来，到阿拉伯人的商店、饭馆为他们站岗，到阿拉伯人居住区巡逻，阻止悲剧的进一步发生。

第三件事，在美国宾夕法尼亚坠毁的那架767客机，本来是要撞向白宫的。后来机上乘客与恐怖分子搏斗，才使飞机坠毁。因为当时他们已经知道世贸大楼、五角大楼被撞的消息，他们决定，不能无所作为，要和恐怖分子进行殊死斗争。即便是在这种情况下，他们还做了一件事：决定投票通过，是不是要和恐怖分子作斗争。在这么一个生死攸关的时刻，都不把意志强加给别人。

世界上很多国家都重视道德教育。德国前总理施密特认为，中国在新世纪面临艰巨的经济任务和社会任务，但今后几十年中国主要面临的不是经济问题，而是精神领域的问题。就是需要制定社会道德价值观念的规则，要使公民承担责任的意识，从享有自由之间有意识地建立起平衡。他在《在寻找公共道德的道路上》中提到，道德需要从小学到大学，在很长时间的教育中灌输全社会都认可的价值观。他在书中说，中国有一天也会需要这一点，当然是以中国方式进行的价值观教育。

20世纪90年代，诺贝尔奖获奖者在巴黎举行会议，会议宣言有这样一句话：“如果想在21世纪生存下去，必须回头看2500年。”当今世界，人类不能再到爱因斯坦、牛顿那儿去寻找智慧。这说明这些人类学术大师已经在为当代文化道德、社会危机担忧。

日本1868年明治维新后，高等教育有了很大发展，但是日本有一些学者认为日本的教育忽略了另一半教育——道德文化教育。日本提出21世纪战略目标就是要建立道德大国，改变世界上有些人把日本看作经济动物、智能强盗的观点。

美国品德教育协会主席迈克·唐纳认为，如果我们学校培养出来的人，有高的创造性但无责任感，智力过人但不关心他人，很有才气但不诚实，那么我们的教育就是失败的，美国的社会也不会强大起来。

美国教育部部长赖利指出："美国在21世纪的成功，取决于青少年良好的文化知识道德准则。学校应该加强与家长的联系，培养学生具有优良的道德品质。"

什么是美国"品质教育"的主要内容呢？据美国"重视品质同盟会"的研究，青少年"道德品质"应建立在六大支柱之上。它们是：信赖、尊重、责任、公平、关怀和公德。这六大支柱应超越各民族文化、宗教信仰的局限性，是每位青少年务必遵守的道德准则。具体地说，"信赖"包括诚实、不欺骗、不偷窃、坚持真理、效忠国家、忠于家庭等；"公平"包括照章办事、不存偏见、不推诿过失、倾听别人意见；"关怀"包括善良、热情、宽恕、助人；"公益"包括合作、参与、和睦、遵纪守法、尊重年长、保护环境。

纵观世界名校，无一不将做人作为办校的头等大事。早在1828年，耶鲁大学阐明办学宗旨的报告中这样写道"一个人除了以职业来谋生以外就没有其他追求了吗？难道他对他的家庭、对其他公民、对他的国家就没有责任了吗？

斯坦福大学要求学生到大学第三年时再选择专业。该大学要求学生花一年时间读各种文化经典，帮助学生认识"做人第一，修业第二"的道理。

日本要求大学推广"博雅教育"："博"指广博，既要学文，也要学理；"雅"指素养，培养出的学生要有修养。其核心是让学生懂得"人何以为人"。

人生在世第一位的问题是学会做人。一个人做人、做事都是相通的，做人为本。做事总会有得失成败，但做人应当经得起实践考验。做人之道是一门大学问，有许多经典，有许多实例，有许多楷模，我们的先哲制定了一套循序渐进的做人标准。

第一步，做好人和善人，不要做坏人和恶人。

第二步，做君子，不做小人。就是做有道德有学问的人。

第三步，做志士仁人。就是做志向远大、胸怀天下、任重道远、意志坚强，

也就是今天我们所说的英雄模范人物。

第四步，做圣人贤人。就是做具有大智大德、大义大勇，提当大任、成就伟业、治国兴邦、造福天下，成为能立德、立功，流芳千古的伟大人物。

青少年学生不但要做一个好人、善人，而且要做一个关心别人比关心自己多一点的人，做一个有补于天地的有用之人，做一个无愧于美好青春的成功之人，应当努力成为当今时代的仁人志士和圣人贤人。

人品是做人的基本品质，稳定的价值标准和一贯的行为准则，是一个人世界观、人生观、道德观等思想观念的综合体现。在人的所有素质中，人品是第一位的素质，相对于其它素质，人品更具有基础性、贯穿性、真实性、同靠性，更能说明一个人的本质。一个人知识能力不够，可以补充提高，而人品人格一旦定型定位了，改起来很难。如果人品靠不住，其政治立场、政治态度都是不可靠的、不可信的，随时都会起变化。

# 第二讲　坚定理想信念

世界大教育家夸美纽斯把人跟动物区别归纳为三点：一是有知识，二是有道德，三是有虔诚的信仰。夸美纽斯作为一个虔诚的基督教徒，对宗教、对上帝忠实信仰和崇敬。但我们可以把这个虔诚看成是对正确的人生观、世界观和价值观的坚定信仰。这个信仰现在非常重要，青少年应该建立坚定的基本信仰，它不仅是政治信仰，也包括做人的基本原则。

理想信念是一个民族、一个社会奋力前行的向导，也是人们知难而进、取得成功的精神动力。没有理想信念的民族和国家就没有未来，没有理想信念的人生就无所作为。古往今来，凡有作为的人，无不具有坚定的理想信念，而且大多立志于年轻之时，追求于一生之中。胜利与成功，永远属于具有崇高理想、坚定信念的人们。

理想信念是人生成长的灵魂。是人生发展的导航仪。理想信念有多高，决定我们的在成功阶梯上能够攀登多高；理想信念有多远，决定了我们在人生道路上能够走多远。人生从来都是不同的人生态度。

有的人生只是为金钱，那是奴隶；有的人生只是为工作而工作，那也只是机器。只有为理想信念而工作，那才是一个大写的人。

近百年来，中华儿女之所以能前仆后继、战胜千难万险，不断走向新胜利，就是因为有执著的信念。邓小平指出：“我们过去几十年艰苦奋斗，就是靠用坚定的信念把人民团结起来，为人民的利益而奋斗。没有这样的信念，就没有凝聚力。没有这样的信念，就没有一切。”当代青少年要按照胡锦涛同志的要求，“把个人理想融入全民族的共同理想之中，坚定中国特色社会主义信念，积极投身改革开放和社会主义现代化建设，在为祖国、为人民的不懈奋斗中实现自己的人生价值”。

75岁高龄的贺龙元帅的女儿贺捷生老人发表的《今天谈信仰为何变得沉甸甸》的一篇文章。文中说：“50年前，我在北大读书。那时我们也谈理想，也谈信仰，当时我们的中心话题是：报效国家，尽快完成学业投身建设社会主义的强大中国。我们的青春同朝气蓬勃的新中国一样，时时都充满向上的活力。而50年后的今天再谈信仰，为什么突然觉得沉甸甸的？”“在有些人看来，在今天这样一个价值多元的年代，我们谈理想谈信仰，似乎很不合时宜。而在我们这代人看来，信仰不仅是理念和精神，更是人生的指南和人生的最高追求。”看了这篇文章，我们的心情既十分沉重又充满喜悦。沉重的是，社会上不少人理想的沉沦；喜悦的是，社会上更多人对理想的重新呼唤。

文中还谈到，我们的前辈在90年前，为什么能像雄鹰一样“飞”到欧洲去倾听大革命的余音流响，“飞”到苏俄去领受工农革命的风景？为什么会有一批又一批热血青年抛弃殷实富裕甚至毁家纾难走进山林建立革命武装？为什么一批纤弱的知识分子能组织起千万民众用热血托起沉沦的大地——这就是信仰的力量。为了信仰的实现，毛主席一家为革命牺牲过6位亲人。徐海东大将的家族有70多人，贺龙元帅的宗亲有名有姓的烈士就有2050人，可以说是满门忠烈。贺龙15岁的弟弟被国民党反动派放在笼屉里活活蒸死。

美国著名诗人惠特曼说，没有信仰，就没有名副其实的品行和生命；没有信仰，就没有名副其实的国土。有了正确的理想信念，为了国家与民族的根本利益发热发光，就会像陨石一样，在穿透大气层时不惜消陨自己。正确的理想信念，应当是我们灵魂。燃烧绚丽青春，放飞理想信念，就是一个高尚的人。是

否具有正确的信仰，其结果相差甚远。

坚定理想信念就是要坚持中国特色社会主义理想信念，这是全社会的共同理想，是我们必须具备的政治信念。理想的动摇，是最危险的动摇；信念的滑坡，是最致命的滑坡。一个没有理想、没有信念的人，常常只能受自己本能所驱使，他的人生发展就没有明确的方向，这种人或是浑浑噩噩，虚度光阴，或是唯利是图，狭隘自私，最终只能是精神空虚，人格低下，为社会所不齿。我们国家是用共同理想来凝聚人心的，如果全社会没有一个共同理想就像一盘散沙。

目前，国内社会思想多元、多变、多样的趋势更加明显，人们在思想认识、道德选择、价值取向等方面独立性、多样性、变异性日益增强。坚定理想信念，用社会主义核心价值体系引领社会思潮，增强社会主义意识形态吸引力和凝聚力的任务更加繁重。

当前国内社会形势可以用“两个竞争”、“两个长期”、“三个时期”、“四种趋势”概括。所谓“两个竞争”，第一个竞争，我们面对激烈的政治竞争，就是看谁的制度更有生命力，谁的政权更加巩固，哪个主义更受人民拥护，哪个政党更有凝聚力；第二个竞争，面对激烈的文化竞争，就是看谁的思想文化更有吸引力，谁的价值观念更能广泛传播，哪种生活方式更符合时代潮流。

所谓“两个长期”，即我国长期面对发达国家在经济、科技占优势的压力；我国长期面对西方敌对势力对我国实施西化、分化的战略图谋。

所谓“三个时期”，即人民群众内部矛盾凸显期；刑事犯罪高发期；对敌斗争复杂期。

所谓“四种趋势”，即境外对境内的影响越来越大；网上虚拟世界对现实社会的影响越来越大；非政府组织对群众的影响越来越大；非传统安全问题对国家安全和社会稳定的影响越来越大。

新疆“7.5”暴力事件就是上述社会严峻复杂形势的反映。新疆“7.5”事件，是一起由境外“三股势力”指挥煽动境内外分裂分子组织实施，有预谋有组织的打砸抢烧严重暴力犯罪事件，也是一起惨无人性地滥杀无辜群众的暴力恐怖事件。其险恶用心是妄图破坏民族团结，危害社会稳定，达到其分裂国家的目

的。这次事件给各族人民群众生命财产造成极大损失，严重破坏了正常的生产生活秩序，影响了全国大局稳定。“7.5”事件共造成156名各族无辜群众死亡，1803人受伤。累计受损建筑物730户，受损店面、货物380户，烧毁车辆169辆，受损车辆1208辆。

乌鲁木齐“7.5”事件的发生不是孤立的、偶然的，有着十分复杂的国际政治背景，是西方反华势力长期纵容、支持境内外“三股势力”对新疆进行分裂破坏活动的总积累、大暴露。

自20世纪90年代以来，随着东欧剧变和苏联解体，以美国为首的西方敌对势力把“和平演变”的矛头重点指向我国，加紧利用人权、民族、宗教等问题对我实施“西化”、“分化”和遏制战略，千方百计利用“疆独”、“藏独”等分裂势力对我进行干扰破坏，企图在边疆少数民族地区打开突破口。在西方反华势力的纵容支持下，以热比娅为首的“世维会”极力整合境外“三股势力”，不断调整策略，变换手法，抛出所谓“新疆独立50年分三步走”的行动计划，极力与我国开展新的较量，试图加快推动“新疆问题”国际化。

2008年拉萨“3.14”打砸抢烧暴力事件和2009年乌鲁木齐“7.5”事件一再表明，只要中国共产党执政，只要我们坚持社会主义制度，只要中国保持强大统一，境内外敌对势力就会相互勾结，利用各种机会、寻找各种借口对我国进行渗透颠覆破坏活动，这是不以我们的意志为转移的。在新疆，我们同境内外“三股势力”的斗争是长期的、复杂的、尖锐的，有时甚至是十分激烈的。在这次事件中，那些疯狂进行打砸抢烧暴力犯罪的骨干分子，都是政治上十分反动、对党和人民怀有刻骨仇恨的社会渣滓，在现场抓获的犯罪分子中，有750多人曾被我政法机关打击处理过。这进一步说明，“7.5”事件既不是民族问题，也不是宗教问题，而是一场捍卫祖国统一、维护民族团结、维护各族人民根本利益、巩固党的执政地位的严肃政治斗争，事关我国核心利益。

改革开放30年，我们取得了巨大成就，但头脑要清醒，要有忧患意识。有三句话分析：

第一句，改革开放30年，是我国经济发展最快时期，但好像不是社会矛盾

最少时期，全国多起杀童血案，具有明显的反社会特征，不是针对侵害过他的人，针对的是整个社会。

第二句，改革开放30年，是我国人民群众生活水平提高最快时期，但好像不是老百姓对党和政府意见最少时期，“端起碗来吃肉，放下筷子骂娘”，贵州瓮安事件、湖北石首事件都是老百姓社会泄愤事件。

第三句，改革开放30年，是我们中国共产党人事业最辉煌时期，但好像不是所有共产党员在群众心目中威信威望最高时期，腐败案件接二连三，有些高官纷纷落马。

改革开放30年，我国发展速度如此之快，社会面貌变化如此之大，老百姓得到的实惠如此之多，国际地位如此之高，“文景之治”达不到，“贞观之治”赶不上，“康乾盛世”也比不上。英国学者马丁·雅克在他的畅销全球的新书中预言，到2050年，中国将主宰世界，人民币将替代美元成为全球货币，上海将替代纽约成为全球金融中心，汉语将替代英语风靡全球，孔子将替代柏拉图，作品成为全世界人学习的经典。2010年，我国经济总量超过日本，成为全球第二大经济体，我们要为中国的强大、中国的崛起增强民族自信心。我们生活在一个伟大的变革时代，应为之骄傲。但是改革开放30年也面临许多矛盾、许多问题、许多困难。

比如说在经济领域：假冒伪劣产品铺天盖地，走私贩私活动屡禁不止；赚钱发财不择手段，坑蒙拐骗无奇不有；安全生产形同虚设，死伤事故防不胜防；部门利益至高无上，平均主义死灰复燃；贫困人口艰难度日，大款富豪挥金如土……

在政治领域：空话套话充斥官场，实事求是步履维艰；表面文章愈演愈烈，干群矛盾不断加剧；权钱交易肆无忌惮，腐败分子前仆后继……

在精神生活领域：封建迷信沉渣泛起，西洋垃圾趁虚而入；“法轮”组织歪理邪说，聚众闹事祸国殃民；网络世界游戏人生，骗才骗色双管齐下（当然网络世界有积极的地方，但是我们这里讲存在的问题）；传统美德黯然失色，道德良心受到嘲弄；拜金主义粉墨登场，享乐主义推波助澜……

在社会生活领域：诚信交往弥足珍贵，相互利用成为时尚；不肖子孙逃避责任，离婚指数直线上升；拐卖人口唯利是图，抢劫银行胆大包天；黑恶势力横行霸道，危害社会罪行累累……

在改革开放和市场经济环境下，少数青少年学生在理想信念上存在不少值得重视的问题。突出的是：面对世界社会主义曲折发展，面对深化改革中利益关系的调整，面对腐朽思想文化的侵蚀影响，面对党内腐败现象和社会丑恶现象的滋生蔓延，有的在理想信念上出现了迷茫、困惑甚至动摇。对马克思主义科学真理产生了疑惑，对社会主义必然代替资本主义产生了动摇；有的理想信念淡化，思想空虚，精神萎靡；有的重视个人理想设计，忽视社会责任，忽视国家和集体利益，忽视德行修养；有的价值取向功利化，人生选择被市场行情所引导。个别人极端错误地喊出，理想是远的，信念是空的，权利是近的，金钱是实的。要抛弃远的，放弃空的，抓住近的，捞取实的。

现在的人似乎年龄越大越现实，小富即安思想比较普遍，一些很优秀的青少年学生，对自己人生目标也不过想做个白领，工资高一点，工作环境好一点，也就满足了。小学立志想当科学家，中学最大愿望进个名牌大学，到了大学后就想有套好房子，有个好家庭，越来越现实。应当讲，在当前社会，我们每个人都有自己的合理合法的私利。我们并不反对每个人把自己和家庭生活搞得殷实一点。但是，人是要有一点精神的。仅在自己的权利和安乐窝里打转转，这决不是一个高尚的人，而是一个没出息的人。人讲现实无可非议，但人还应当生活在理想之中。

哈佛大学曾经作过一个调研，有一届毕业生，无目标的是27%，目标比较模糊的是60%，有近期目标的是10%。有3%是有远期目标的。25年之后，再追踪调查，这有远期目标的3%成为了美国的精英。因此，人生的道路上必须要有自己的目标，而树立目标的能力是综合素质的反映。

美国一位管理大师讲了这样一个故事：有三个石匠，在建筑教堂。有人问第一个石匠："你在做什么？"第一个石匠回答说："我只是在这混饭吃的。"问第二个石匠，第二个石匠回答说："我要盖一个全国数一数二的教堂。"说完就埋头敲石头，他要做一个能工巧匠。问第三个石匠，第三个石匠目光遥视远方，

然后说道："我要盖一个世界上最有特色的教堂！"同样是石匠，他们的目标不一样，他们的道路和成果也就迥然不同。第一个石匠二十年后还是工人，第二个石匠二十年后成为工程师，第三个石匠二十年后成为城市管理师。

我们正处在一个剧烈变革变化的时代，世界变得越来越开放。我们欢迎的因素在增加，不欢迎的因素也在增加，我们无法选择，无法回避。面对全球化背景，面对严峻社会形势，我们时刻要保持政治上清醒，增强政治敏锐性和政治鉴别力，在重大政治原则问题上态度坚决，旗帜鲜明，毫不动摇。越是形势复杂，越要保持头脑清醒，大事面前不糊涂，关键时刻不动摇。提倡什么，允许什么，限制什么，反对什么，都要从政治上全局上考虑。要继承光荣革命传统，保持积极向上的激情。作为一个优秀的青少年学生，千万不能没有理想，千万不能丢掉信念，千万不能消磨了激情。

坚定理想信念，保持积极向上激情，最根本的是要用中国特色社会主义理论体系武装头脑，深刻理解是历史和人民选择了马克思主义，选择了中国共产党，选择了社会主义道路；深刻理解只有社会主义才能救中国，只有改革开放才能发展中国、发展社会主义、发展马克思主义，进一步坚定在中国共产党领导下，走中国特色社会主义道路，实现中华民族伟大复兴的共同理想。

坚定理想信念，应当用鲜活的事实教育青少年，把抽象变形象、概念变事实。到古巴才知道，搞社会主义不开放不行。古巴计划经济、全民供给，每人每月20斤大米，吃不饱，饿不死。古巴是个美丽的岛国，四面环海，渔业资源丰富，但老百姓守着海吃不上鱼，政府捕鱼换外汇。古巴马路上跑的车大都是二十世纪七十年代前苏联的拉达车，新车不多。古巴社会和谐稳定，社会治安好，家家没有防盗门、防盗窗，一个十七八岁的女孩半夜走在大街上都没有问题。为了保证社会和谐稳定，古巴采取了很多措施，比如搭便车制度。政府用车一律挂蓝色牌照，以区别其他车辆。政府车行驶，老百姓见有空座可招手，政府车必须停下，司机先说我上哪，老百姓说我上哪，大体方向一致，不管路途多远，跨省市也不管。如果拒载，马路上有带黄牌的人民检查员举报你。为什么家家没有防盗门、防盗窗，家里实在没有什么可防的。卡斯特罗之后，古巴

这个国家肯定会开放的。

到朝鲜才知道，搞社会主义不改革不行。鸭绿江大桥，我们这边维护得像新的一样，他们那边很破旧。平壤是个美丽的花园城市，高楼大厦很多，但有些大厦只可远观不能近看，没有内装修，没钱，平壤马路有一道亮丽的风景线，女交警很漂亮，马路上过往车辆却不多。行人匆匆，着装单调，面带菜色。朝鲜的厅局级干部工资拿到黑市换算才8美元，可想老百姓的日子怎么过。全朝鲜人民学习三个人，金日成、金正日、金正淑，全国人民学习他们一家人。

到俄罗斯才知道，搞社会主义乱改革不行。叶利钦上台后，政治自由化，经济私有化，把前苏联经济搞得一塌糊涂，普京上台执政，经济才开始复苏。俄罗斯有300万无家可归者，有300万精神病患者，有400万流浪儿童。莫斯科大学校长讲，伟大的中国绝不能重走俄罗斯的道路，伟大的中国朋友没有资格重犯俄罗斯的错误。

到印度才知道，不搞社会主义不行。印度国情和我国差不多，但贫富差距太大了。联合国统计，全世界192个国家和地区，印度的贫困指数排到了世界114位，富翁总数排在世界第8位。印度一位富翁给女儿办婚事花了三千万美元，天文数字。印度百分之三十农村孩子上不起小学，印度到现在没有一条像样的高速公路。因此，我们必须坚定中国特色社会主义信念。

理想信念还表现在人生奋斗目标上。理想不等于空想，更不是幻想。所谓理想，就是要给人生定一个奋斗终生的目标。有理想并不难，难的是始终如一，毫不动摇，用实际行动，坚定不移地朝自己的理想前进。

大多数人都有自己的理想，但真正将理想付诸行动的人却少之又少。许多人不是知难而退，就是半途而废；不能在向理想前进的道路上持之以恒，失败了就从此跌倒，无法重新站起来。因此，光有理想是不行的，还必须不怕艰辛，不怕挫折，不怕失败，锲而不舍地付出实际行动。

理想的树立，是一生的追求和精神的原动力。它不是短视和急功近利。理想就像天上的北斗星，就像心里的指南针。它让你远离人云亦云的平庸，激励你为了伟大目标不懈地奋斗。

# 第三讲　健全完善人格

什么是人格？人格是人的社会性的外在表现，是个人在社会化过程中成熟起来的思考方式和行为方式。

中国人的人格主要三个方面：一是自我指向，用来反映一个人追求或者表达个人成功欲望的方式，或者张扬或者委婉。青少年学生表达成功欲望的方式是最直接的。

二是他人指向，对待他人的态度可分为热情和真诚，热情往往是表面上的，而真诚可能表面上不够热情，但人们最需要的、最看中的却是真诚。

三是事物指向，可分为严谨和敏锐两种，青少年学生最强调敏锐的，相应的也最不严谨。

我们既要提倡我国优秀文化传统中的人格行为，即同情、友谊、责任和勇气等，又应该加强诚信、独立、创新、敬业等现代人格行为的培养，这是青少年学生待人处事、安身立命之本。

一个人的形象，主要有三个要素，第一是知识，第二是能力，第三是人格，这三者的结合，才能够成就一个完整美好的形象。首先必须要有知识，要有理

论，这是一个基础；其次，必须要有能力，会实践，不是一个书呆子，会操作，会把知识运用到实践中去，能够解决实践问题，能为社会办成事情，为群众办成事情；最后要有健全的人格，没有人格，只有前两个不行。人格就是人的品德，人的修养，怎么样做人，千万不要忽视了人格的修养。人格体现在各个方面，对事业、对朋友、对社会的责任，要讲礼貌，讲诚信，讲公德，有爱心，这都是人格修养的方方面面。

青少年要有自己完美的形象，能够有充实的知识，很强的能力，高尚的人格。

知识、能力、人格是当代青少年的三种最基本的素质。知识与能力是现代教育应该给予青少年学生的重要内容，也是现代人才不可偏废的基本素质。一个人如果性格有问题，还不至于给他人造成多大的破坏力，但如果这个人的人格有问题，他可能对任何人都会产生危害。强调青少年人格塑造，是因为它是培养创新人才的重要内容。一个人没有健全的人格，他的知识和能力都可能是危险的。特别是在当今这个“高科技、低情感”和“高效率、高风险”并存的时代，青少年健全人格养成尤为重要。当然，这里的健全人格应该是传统理想人格教育中强调的道德、理想、情操、信念和现代自由人格所重视的独立、负责、诚信、宽容意识的统一。

心理学研究表明，人的创造力发展，与他的整个人格发展是高度相关的，这里包括他所持的世界观、生活方式、伦理准则、思维模式等。2006年，中国博士代表团参加世界第56届诺贝尔科学奖获得者论坛，他们最重要的收获不是在专业知识上，而是被他们的人格魅力和学术品格感动和震撼。

**人格是一种奉献**

周恩来总理的人格是伟大的，也是跨国界的。1976年1月8日，周恩来逝世时，设在美国纽约联合国总部前的联合国旗降了半旗，这是非常罕见的事。一些国家感到不平了，他们的外交官聚集在联合国大门前的广场上，言辞激愤地向联合国总部发出质问：我们国家的元首去世，为何没有这种待遇？

当时的联合国秘书长瓦尔德海姆站出来，在联合国大厦门前的台阶上发表了一次极短的演讲，总共不过一分钟。

他说："为了悼念周恩来，联合国下半旗，这是我决定的。原因有二：一是，中国是一个文明古国，她的金银财宝多得不计其数，她使用的人民币多得我们数不过来。可是她的周总理在外国银行没有一分钱存款！二是，中国有十亿人口，占世界人口的四分之一，可是她的总理没有一个孩子。你们任何国家的元首，如果能做到其中一条，在他逝世之日，总部将照样为他降半旗。"说完，转身离去。广场上的外交官们哑口无言了，随后响起雷鸣般的掌声。瓦尔德海姆并没有讲周总理丰功伟绩，重大贡献，只是讲了他在人格方面的几个具体表现。

居里夫人的人格是伟大的，她是世界科学家中唯一两次获得诺贝尔奖的。她逝世以后，大科学家爱因斯坦在她墓前致悼词，没有赞扬她两次获诺贝尔奖的科学成就，而是通篇颂扬她献身科学的伟大精神。居里夫人失败了多少次，克服了多少困难，终于提炼出0.1毫克的镭。她成功后很多人找她说你可以成为百万富翁了，她说我的发现应当属于全人类。无私地把技术告诉了别人，没有申请一项专利。居里夫人为了把技术应用于医学亲自跑到前线为士兵治疗，正像她女儿所形容的，她是奉献了所有，而毫无索取。她女儿在她人格感召下，同样获得了诺贝尔奖。

有一年北京大学开学，一名外地学生大包小包到北大来报到，看到一位老人走来了，说你帮我把包看一下，我去办理报到手续。结果他花了一个多小时时间，回来后那位老人仍然在那给他看包。开学典礼上他惊讶发现坐在主席台的副校长学术大师季羡林先生，就是为他看包的那位老人。

**人格是一种尊严**

阿基米德所在的城被罗马军队攻下来了，而他还在街头思考他的问题，在地上画着几何图形。罗马士兵看到了他，就要抓阿基米德，他不肯走，还在看着他的图形，说，你们不要破坏我的图形。就在这个时候，罗马士兵一剑把他

刺死了。阿基米德把对智力的追求看得比生命还重要，这里面就蕴含着人格高贵。

我们批评奴隶主、贵族，但他们中很多人也有着高贵的品质。在法国大革命的时候，很多贵族被杀了，包括国王路易十六。其中很多人在走上断头台时，确实表现得很高贵。一个贵妇人在临刑前不小心踩到了刽子手的脚，马上向他道歉，对不起，请原谅，讲完这话之后，就被杀头了。她一直到死，始终保持着高贵。还有一个贵妇人，排队坐着等待行刑，因为人很多，大家坐着比较拥挤。她旁边的一个老太太一直在哭，她就站起来，让老太太可以坐得舒服一点。相比之下，老太太觉得自己太失态了，就不哭了。贵妇人的镇静，临死前所表现的从容和优雅，是装不出来的，这就是一种内在的高贵。我们应该有这种高贵人格，处处都要体现出这种尊严。

高校，尤其是名校，应该成为任何关系和金钱都无法淹没的一方净土。为了自己的尊严，名校应该像席勒笔下的卡尔一样勇敢地宣布：我要忠实地停留在我自己的这个世界上……我自己的地狱和天堂。

美国哈佛大学340年校庆，邀请当时美国总统里根来校发表演讲，里根答应，私下表示，是不是授予他一个名誉博士学位。当时哈佛大学校长一点没犹豫，回答说，宁肯不要国家总统来校发表演讲，也不把名誉博士学位授予一个有好莱坞演员背景的总统，表现了一位著名大学校长的尊严。

2008年，报纸上有不少文章热议北京大学没有录取在民族成分上造假的重庆高考“状元”何川洋一事。究竟如何看待这件事？人们的态度可以说是见仁见智、迥然各异。赞成者认为，北大严格执行了国家民委、教育部和公安部《关于严格执行变更民族成分有关规定的通知》，而反对者则坚持，变更何川洋民族成分的主要责任人是其父母，让惩罚落在至今未满18岁的小何身上，未免可惜。

显然，按照反对者的主张，北大应该录取何川洋。然而，在笔者看来，北大拒绝录取何川洋的做法不仅是正确的，而且是明智的。其实，何川洋不只是在民族成分上造假的一名重庆考生，而是高考造假的一个“象征”或“符号”。同样的，北大是否录取他，也不只是北大是否按上述《通知》办事的问题，而

是北大这所中国最著名的大学如何对待造假这类丑恶社会现象的大是大非问题。在《圣经》中，有一个许多人耳熟能详的故事：以撒为了一碗红豆汤而出卖了自己的长子权。假如北大录取了这个考生，它的损失和以撒一样招致骂名。

北大毕竟是北大，它毫不犹豫地选择了拒绝。这种拒绝，不能仅仅从北大是否严格执行了《通知》的层面上解读，而应该从北大作为名校，坚持自己的尊严和理念的高度上解读。事实上，北大拒绝的不只是一个造假的考生，而是社会中一切造假的现象。显然，北大的拒绝也是社会文化行为上的一个“象征”或“符号”，它表明，像北大这样的名校有自己的尊严，既不愿意在招生上降低自己的标准，也不愿意与造假这类丑恶的现象结伴。

**人格是一种真诚**

人格力量代表了善良的力量，正义的力量，进步的力量。1970年12月6日，联邦德国总理勃兰特来到华沙犹太人殉难者纪念碑前的广场。突然，他双膝着地，跪在了纪念碑前！他是向二战中被德国纳粹屠杀的510万犹太人表示沉痛哀悼，为纳粹时代德国犯下的罪恶深感负疚，认罪赎罪。勃兰特此举震惊了世界，尤其震撼了德国人的灵魂。当时民意调查显示，有80%的德国人非常赞赏此举，认为这种出乎意料的方式更充分地表达了德国人悔罪的诚意。1971年的诺贝尔和平奖授予了勃兰特。

**人格是一种尊重**

2007年，49届世乒赛，男子单打四分之一决赛。我国马琳和白俄罗斯的萨姆索诺夫打得难解难分，马琳打了一个擦边球，裁判员误判给白俄罗斯选手，马琳和萨姆索诺夫都示意是误判，但裁判员仍坚持原判。接下来，轮到马琳发球，萨姆索诺夫完全可以接好球，却故意将球推到网下，用自杀方式抵消了裁判员错判给自己的一分球。眼睛雪亮的全场观众，立即对此举报以经久不息的热烈掌声。萨姆索诺夫表现了他对对手的高度尊重，对输赢的超然态度，对体育公平的无私捍卫，对自己人格的自觉坚守。

上述事情说明什么？人格的力量在起作用，人格既表现在惊天伟业之中，它也常常表现在一个非常普通、非常平凡的举动之中，但平凡中有伟大追求，平凡中有满腔热血，平凡中有强烈的责任感。人格体现一种精神，一种感召，一种力量，会使你心灵得到震撼。

温家宝总理2007年5月到上海同济大学发表了一个即兴演讲，他说，一个民族要有一些仰望天空的人，他们才有希望；如果只是关注脚下的事情，那是没有未来的。大哲学家康德也说过，世界上有两件东西最能震撼人的心灵：一件，是我们心目中崇高的道德准则，另一件，是我们头顶上灿烂的星空。把道德和星空联系在一起是最具震撼人类心灵的力量。

康德认为：人是由两部分构成的，一个是肉体的存在，是属于自然界的，要服从自然规律，是不自由的，由自然支配。另一方面，人是精神的存在，有灵魂，有头脑。从精神的存在来说，人是自由的，并不服从自然规律，受道德规范约束。道德不是自然界的法则，是人的行为准则，而自然界的生物是没有道德准则的。所以，康德说，人是自己行为的立法者。这就是人的高贵之处。自然法则是趋利避害的，利己的，但道德法则要考虑别人的利益，这是人的伟大之处，是人的自由之处。

健全完善人格，应做好以下三点：第一，养成良好的思想道德。经常在思想意识、道德品质等方面进行自我认知、自我磨炼和自我提高，具有改造自我的勇气。第二，构建和谐的人际关系。善于与他人交往，用宽容的眼光看社会，以真诚、包容、信任等正确态度克服虚伪、嫉妒、猜疑等消极态度。第三，保持乐观向上的生活态度。对自己充满自信，对生活充满希望，对学习抱有兴趣，不羡慕人家，不苛求自己，培养抗挫折能力和适应社会的能力。

健全完善人格目的，就是做人成人，学会淡泊、学会宽容、学会执著、学会自律。淡泊是一种境界，能任劳更能任怨。宽容是一种美德，宽容就是心胸豁达，做人厚道，有容人、容言、容事的气度。执著是一种自信，选定目标就要坚定不移，不被困难所击倒，不为失败所沮丧。自律是一种底线，自律使人自知，自知使人自明，明白什么该做，什么不该做。

# 第四讲 树立人本理念

人本理念的核心是四句话：把发展人作为根本前提，把依靠人作为根本途径，把尊重人作为根本准则，把为了人作为根本目的。

科学发展观本质核心是以人为本。过去以人为本被作为资产阶级人性论、人道主义批判论，现在已进入我国主流意识形态。过去许多标语口号代表国家执政理念，比如计划生育口号，“结贫穷的扎，上致富的环”，很不人性。教育也有个口号，“养女不读书，不如养头猪”，也很不以人为本。

回顾历史,东西方社会差距如何拉开？很大程度在于对以人为本的态度上。西方很注意研究人，他们把人性研究得很透，他们研究人的目的是为了人，开发人。中国几千年传统社会也很注意研究人，这跟西方没有什么差别，但是我们研究人目的是控制人，管理人。从历史上看，中华民族精神是伟大的，不容置疑，但反思历史，确实有时缺乏阳刚之气。南京大屠杀期间，三个日本兵把三千个中国人关在一个大仓库里，大门敞开，没有一个中国人敢反抗。当时如果有人振臂一呼，大家蜂拥而上，踩也把他们踩死了。就是三个日本人三杆枪，民族奴性在这个问题上表现得淋漓尽致。西方是为了人、发展人，我们是控制

人、管理人，结果怎么样？人家发展了，我们落后了。我们的大刀长矛后来对着人家坚船利炮。

党的十一届三中全会以前，我们是很注意控制人、管理人的，以阶级斗争为纲，搞政治运动，这也不敢说那也不敢干，把人的手脚束缚得死死的。三中全会以后，“三个有利于”、解放思想、开拓创新、与时俱进，把人的思想、潜能大大解放了。改革开放三十年，我们经济建设取得重大成就，这是中华民族历史上一个伟大里程碑，就是因为我们的工作立足点是以人为本，价值取向是以人为本。

克林顿总统到中国来访问，有许多孩子去欢迎他。他不理解这些孩子，于是他走出人群，问一个小学一年级的孩子：“你们今天这么热烈的欢迎，你们知道欢迎的是谁吗？”孩子说：“我们欢迎的是美国总统克林顿先生。”克林顿点点头，又问：“你知道克林顿在美国干什么吗？”小孩回答：“克林顿在美国是管美国人民的。”克林顿摇摇头说：“不对，我是为美国人民服务的。”从这件事上可以看出，在中国这种“官本位”的思想有多深，一个刚懂事的孩子，竟然说总统是管人的。这件事情就提醒我们的教育，坚持以人为本的教育，也必须从娃娃抓起。

现在党中央、国务院制定大政方针、法律条例，都是根据以人为本的原则。过去民政部有个文件叫做遣返社会盲流，现在改成救助社会闲散人员。司法部颁发的监狱服刑人员行为规范，把罪犯的称呼改为服刑人员，内容作了些删除，比如女犯一律留齐耳短发、不得抹口红、不得化妆的内容删除了，人性化色彩很浓。某省小学生守则将见义勇为调整为见义智为，小学生勇斗歹徒调整为智斗歹徒。某省学校安全条例有一条，不得组织未成年学生参加有危险性的抗灾救险活动。人性化条款、条例出台马上受到大家欢迎。雷锋同志形象是艰苦奋斗形象，新三年旧三年，缝缝补补又三年。但艰苦奋斗也应该赋予它时代内涵，最近整理雷锋遗物，发现雷锋同志有一双皮鞋，一件皮衣，一块手表，雷锋同志还曾经谈过恋爱，这都无损雷锋形象，反而使雷锋形象的树立更加人性化，更可亲、可敬、可学。

西方一些政要，在公众场合故意摆出一副热爱生活、重视家庭、关爱亲人的姿态，以显示自己的人情味和亲和力。英国前首相布莱尔在其夫人生小孩期间，要求休“父亲产假”，在家照顾夫人和孩子。当时媒体大肆炒作，为布莱尔赢得了不少人气。我们一些媒体在宣传优秀干部时，常常人为地加以拔高，片面把他们描绘成“只顾大家、不顾小家”，“只要事业、不要生活”，“只能尽忠、不能尽孝”的人，使得这些模范人物可爱不可亲，可敬不可学。其实，一个受人尊敬的优秀干部，应当是最有爱心，最懂亲情，最有情有义、有血有肉，最能体现中华民族优秀道德传统的人。

什么是以人为本？简单说是三句话。第一句话，以人为本是对人主体地位作用的充分肯定和尊重；第二句话，以人为本是一种思维方式，要求我们工作不仅要符合规律，而且要符合人性发展的要求，实行人性化管理和人性化服务；第三句话，以人为本是一种价值取向，尊重人，理解人，为了人，开发人，解放人，提高人。

以人为本要以人为中心，要突出人的发展。人是教育的中心，也是教育的目的；人是教育的出发点，也是教育的归宿；人是教育的基础，也是教育的根本。一切教育必须以人为本，这是现代教育的基本价值。

现代人的自我尊严、自我价值不再需要外来肯定，更不是金钱标准所能衡量，而是人的自我认同、自我体验、自我实践。实际上，每个人都是按照自己方式选择生活道路。著名心理学家罗杰斯曾经讲过，人最想达到的目标，自觉不自觉所追求的终点就是变成他自己。人生就实质而言，是一个不断发掘自我潜能的过程，不断变成真实自我的过程。如果我们每个人变成了真实的自我，一定会感受到生命的价值和生活的乐趣。在一定范围框架内，还一个真实的自我，展示一个本色人生，这样才能提高生活质量。

雅典奥运会刘翔拿到冠军后说了两个奇迹，两个自我。我进入13秒了，这是奇迹，北京2008奥运会我还要创造奇迹。为什么？亚洲有我，中国有我。过去运动员拿到冠军后总要讲，这是党和人民培养的结果，我离党和人民要求还有很大差距，可能是真心话，也可能是违心话。

汶川地震，北川中学在挖尸体时，挖出一个中学生尸体，手里握着一张纸条，打开一看，没有任何字迹，拿到亮处一看，他是用手指甲抠出的一道道字迹："我是北川中学高一学生蒋洞葵，爸爸妈妈我先走了，你们照顾好自己，一路走好。"这个学生在生命最后时刻也没讲，我热爱党、热爱社会主义，首先想到的是父母，对父母眷恋，对家庭眷恋，对生命眷恋。

汶川地震，从废墟中抬出一个三岁的敬礼娃娃，当他举起右手时，我们想到了什么？这个生命是有尊严的，有尊严的生命他是懂得感恩的，对别人的善意善举他认为应当作出一种反应，不由自主举起了右手。

以人为本要尊重人的主体性，尊重人的差异性，尊重人的权利和责任，尤其要尊重人的主体地位。人是权利主体，要把人看作法律关系中的权利主体，把人的发展同尊重人的知情权、参与权、表达权和监督权有机结合起来，提高人的主体意识和责任意识。人是行为主体，要把人看作是能动的，有创造力的行为主体，把外在引导与人的内在需求有机结合起来，充分发掘人的发展潜能。人是生命主体，把人的成长与健康人格教育有机结合起来，帮助人认识生命、珍惜生命、尊重生命、热爱生命。人是发展主体，要把人看作是自主发展的发展主体，把人的成长成才与人的个性发展有机结合起来，真正以个性为主体构建人才成长模式。

以人为本必须体现服务。现代社会一个重要理念，就是服务第一。你服务的越好越及时，证明你价值越大。

韩国的服务理念深入人心。一位记者在韩国的时候，有一天把钥匙丢在了银行，晚上回家时才发现。看看时间已经过了夜里12点，怀着一丝侥幸心理拨通了银行的服务热线。结果银行店长开车穿过半个首尔市，到银行找到钥匙并送到记者门口。还没等记者表示感谢，头发花白的银行店长抢先鞠躬道歉，说大半夜里让你久等了。事实上，这样的经历并非特别，生活在韩国的外国人往往会对韩国的服务业赞不绝口。

在韩国，走进商店，售货员笑容可掬，谦恭有礼。如果你买的衣服不合身，他们会专业地量好尺寸，免费修改送货上门。银行里如果有顾客排队，所有员

工都会放下手中工作跑到前台帮忙办理业务。社区周边的中心超市也会提供婴儿床和尿布，还会把顾客购买的商品免费送上门。这些超市的货物新鲜，售货员多是家庭主妇，能够给顾客提供经济实用的购物建议，所以很受欢迎。美国沃尔玛超市进入很多地方都斩获颇丰，唯独在韩国丢盔卸甲，其中一个原因就是难以适应被“宠坏了”的顾客。

不止是商业服务业，韩国公共服务业的态度也很好。政府部门会把相关数据及研究报告公布在网上，民众可以打电话询问调研过程，工作人员还会按需求将数据整理打包。有一次这位记者和朋友开车迷了路，到派出所求助。了解情况后，警察给予了耐心解释，还送给他们一张地图，并标出了路线。出门后，警察又追了出来，亲自开警车送了一程。青瓦台总统府的警卫们为了不给人紧张感，没有穿类似警服的制服。看到人们在总统府附近散步时，他们会上前询问，并总是先笑容满面地鞠躬问好。

韩国为什么会有这么好的服务态度？这是很多外国人经常讨论的问题。韩国人自己解释说这是商业社会竞争的结果，服务顾客的理念深入人心。但许多人不同意这种说法，因为激烈市场竞争并非韩国所独有。韩国人有很强的团队意识和职业自豪感。在单位，同事们都是“一家人”，外单位的人都是“客人”。“客人”有需求时，无论是不是份内的事，都要照顾好。因为对自身工作感到骄傲，很多韩国人时刻想着维护单位利益，即使再累再烦，在“客人”面前都小心呵护单位形象。

另外，“长幼有序、上下有别”的传统文化也使韩国人从小就习惯了谦虚的态度。韩国人也喜欢称自己为“礼仪之国”。他们之间根据年龄、资历和地位形成了严格的“上下关系”。年轻人对老人、学生对老师必须使用敬语，见面要鞠躬，凡事要恭敬顺从。韩国人不会因为尊重他人而感到降低了身份，反而认为彬彬有礼是有教养的表现。正因为韩国人对陌生人都会非常谦恭客气，顾客的位置自然被摆得更高了。

一项研究结果显示，如果服务人员礼貌热情，人们的文明修养程度和生活幸福指数也会随之提升。

以人为本必须体现人文关怀。只有感受，才能感动，只有感动，才会内化为行动，是这样一个逻辑关系，感受、感动、行动。什么叫感动，感动是一种深层次的心理活动，是内心崇高的精神体验，善于发现感动的人，是一个富足的人，善于在感动中成长的民族是个成熟的民族。只有在感动中才能净化灵魂，升华人格，升华人心。

几年前邓朴方欢送中国残疾人艺术团到香港访问演出，他因为身体原因没有去，捎去了四句话。当主持人在香港大剧场宣读完这四句话的时候，掌声雷动，经久不息。哪四句话呢？有一种爱是人间之爱，有一种情是手足之情，有一种力量是意志的力量，有一种精神是伟大的民族精神，要把爱与情、力量与精神深深融入在残疾人艺术活动之中。人是有理性的，也是有感情的，感情支配思考方向，理性决定思考结果。我们只有以情感人，才能以理服人。无论现代教育手段多么先进，都不能否定面对面的教育工作；无论现代传媒多么发达，都不能代替人和人之间感情交流和融合；无论各项制度多么完善，都不能忽视人文关怀和道德情感。

现在提出以人为本，有人就说无私奉献过时了，只有国家对我好，我才能对国家好，个人利益可以置于集体利益、国家利益之上了等等。我们到美国去访问，美国前任总统肯尼迪的墓碑上刻着一句名言："不要问国家为你做了什么，要问你为祖国做了什么。"我们到美国哈佛大学去访问，大门口有两句话："为增长智慧走进来，为服务祖国和同胞走出去。"如果我们把以人为本理解为以自我为中心的以人为本，就曲解了以人为本的本质含义。

# 第五讲　担当社会责任

社会责任感是个人对自己所应履行的各种义务及应承担的社会责任的自我意识，是对社会责任的一种觉悟。它不仅是现代社会对公民的一种基本要求，是和谐社会中每一个社会个体必备的基本素质，也是一个人健康社会化和科学融入社会的重要内容及必备条件。社会责任感的养成，有利于青少年学生从道德人格、能力发展、政治修养等方面促进自我完善与成才。

为他人负责，为集体负责，为社会负责，是文明社会公民的必修课程，尤其是对于青少年学生而言，具备社会责任感至关重要。我们说青少年的概念有基础性，是说一个国家、一个民族、一个社会发展的基础在于青少年，也是说一个人的发展基础阶段在青少年时期。青少年时期社会责任感的确立对于一个人的一生具有重要的意义。历史上，无数有作为的杰出人士，都是在青少年时期就树立了远大的志向，从小家走向大家，从小我走向大我，自觉地把自我的发展成长与一种事业、与大多数人民的利益联结在一起。青少年学生是祖国未来的建设者，是中国特色社会主义事业的接班人。青少年学生能否勇于承担社会责任，直接关系到中华民族的整体素质，关系到国家的前途和民族的命运。

某用人单位在面试应聘者的情境中设计了一个非常巧妙的问题：将一个扫把斜放在考场门口，几乎所有的面试者都从不太碍事的扫把上跨过，只有一位应聘者进门时把那个放得不是地方的扫把放回了门的背后，当然这位应聘者被录用了，道理很简单，应聘者进入一个新的环境便能对这个环境肩负起责任。那么他对将来要承担的工作不会不负责任。显然，这家用人单位看重的是有责任感的人。

责任是青少年应有的基本品格。美国著名思想家爱默生说得好，责任是有至高无上的价值，他是一种伟大的品格，在所有价值中它处于最高的价值。责任是一种义务，一种勇气，一种智慧，是做好一切工作的原动力。一个人有没有责任感是衡量人生境界高低的尺度，责任感不是抽象的，具体体现在对他人、家庭、民族、国家的态度、责任和义务上。人什么都可以没有，但不能没有事业；人丢掉什么都可以，但就是不能丢掉志气；人忘了什么都可以，别忘了自己的父母，别忘了国家。

现在在青少年中开展感恩教育，为什么要学会感恩？感恩本身就是一种责任。你只有感恩家庭感恩父母，才能做到报答社会报效祖国，一个人的爱心是从爱家庭爱父母开始的。感恩是一种基本的人性。我们来到这个世界，获得了太多别人的关心和帮助，否则我们不可能生活到今天，有机会到学校来深造学习，所有这一切都是国家、父母给我们的，因此我们应当感谢国家，应当感谢父母。

感恩还意味着回报。有一个动人的故事，在一个暴风雨后的清晨，在海滩上，一个小孩，不断弯腰捡拾，把退潮后留在一个个水洼里的鱼丢回大海。有人问孩子，有那么多小鱼，你能把他们都丢回大海吗？谁在乎你这样做呢？孩子捡起一条鱼说，这条鱼在乎，然后又捡起一条鱼来说，这条鱼也在乎。其实感恩是一种人生的智慧，怀有感恩之情并能回报社会的人，才能获得更多的成功机会和他人的无私帮助。

现在独生子女多，往往不觉得父母在他们身上耗费的心血有多么贵重。

我国南方某大学2003级一位女大学生，以她亲身经历，撰写了一篇感人至

深、催人泪下的文章，题目是《流在我心里的父亲的泪》：

怎样的情景最让人痛苦？我心中有一个答案：看到父亲的泪，那眼泪是因我而流。怎么的情景最让人快乐？我心中也有一个答案：看到父亲的泪，而那眼泪又是为我而流。

两个截然相反的问题，答案却几乎一样，可对我来说，前一种泪让我羞愧我是世界上最不懂事的女儿，而后一种泪让我自信我觉是世界上最合格的女儿。

父亲很疼爱我，但是那一年他给了我一棍子。那时我8岁，读小学一年级，要缴十元钱学费，我家一拖再拖。终于老师来催了。我很不安地向父亲要钱，父亲淡淡地说："现在家里没有，再过几天吧！"我忐忑不安地回到了学校。老师又催了。我很害怕，但父亲仍说没有，我根本不信，于是便说："你不给我钱，我就不去上学！"这句近乎撒娇的话让父亲勃然大怒，他很凶地操起扫帚把子向我砸来，小腿上狠狠地挨了一棍子！这一棍子打醒了我的童年：原来我家这么穷啊！原来父亲已经默默忍受了这么多啊！棍子打在我腿上，更打在我心上，让我明白我的父亲是如此刚强，他承受了多少艰辛才让我走进学堂。

父亲是坚强的。我见过他流汗、流脓、流血，见过他脸上的抽搐，见过他脚步的迟缓，可从未见他流过泪。父亲就如一头黄牛，永远是那么刚劲顽强，那么能干能扛。哪怕是天塌下来，他也会不吭一声地撑起一方晴空。他更像一级一级的台阶，我踩在上面慢慢地攀登。我越来越高，父亲越来越矮。

大概是深知自己责任大吧！我读书一直很勤奋刻苦，所以我很顺利，轻松地考进了省重点高中。时光如梭，转眼就是高考——它几乎与命运相联。

我高考落榜了。一天晚上，一家人正沉闷着看电视，我根本不敢看父亲，木然地坐在前面，大伯父进来打破沉寂，问父亲打算怎么办。

良久，父亲用一种奇怪的声音说："再读一年吧！她可以上很好的大学，我们再苦一年，小妹她最苦了，她人都瘦了一圈了。"我不知道自己为什么会突然回头去看父亲。可是那一回头却让我震惊：父亲在流泪！他哭了！豆大的泪珠从父亲布满血丝的眼眶里爆出。父亲似乎也极力控制着，压抑着，可泪珠还是一颗接一颗地流。那一刻，我心如刀绞，决堤的泪水盖住了眼前的一切。我猛然惊醒，不停地问自己：你这个混蛋，你都干了些什么啊！你都干了什么啊！你竟然让父亲哭了，哭得那么伤心！你都干了些什么呀！我恨不得把自己吊在房梁上，用皮带狠狠地打，狠狠地抽！只希望父亲能好受一些，哪怕是一丁点儿！父亲其实一直都在默默地承受着，但此时，他再也承受不住了。是我，是我把父亲的泪给逼出来了！我的疏忽不仅仅是错误，更是罪过。

复读班的生活是难以想象的煎熬，但是对我来说，这一切艰辛比起父亲的眼泪是那样的苍白无力。后来的高考在平静中走来，又在平静中走远，我一路走来，我已经知道自己成功了！结果，一切尽在预料中——我进入了国家名牌大学。

收到录取通知书后，按照乡俗，要办升学宴，我家虽清贫，但父亲还是决定简单地办酒席。那天院子里挤满了人。我很开心，在我心里珍藏着一个心愿——我很想跪拜给父母敬酒，感谢他们为我付出的一切，也请他们原谅我的固执和轻狂。这一刻终于到来了，我端起碗，郑重地跪在二老的面前，恳求他们喝酒。父亲被我的举动感染了，手一直在抖。我给父母磕了三个头，发现父亲的泪正一颗颗滴在碗里，他把这和着泪的酒喝掉了。我做了我该做的事，父亲也给了我最大的奖赏——他感动得流泪了。一颗颗热泪不仅落在了碗里，更落在了我的心里。这一刻，我想大声地向世界宣告：我是世界上最幸运的女儿！

中国传统伦理道德的核心是孝，孝就是感恩：父母给了我们生命，老师给了我们知识，土地给了我们粮食，森林给了我们绿色，我们应该感恩。

有一首诗叫《在冬天来临之前》：

在冬天来临之前，
我从山上背回干柴，
安顿好年迈的母亲。
在冬天来临之前，
我用泥土堵上教室的墙洞，
我任教的教室破烂不堪，
我的学生不满十岁。
在冬天来临之前，
有两个人不能冻着：
一个是母亲，
一个是孩子！

这首诗把人生的情感升华为人类的普遍情感，写出了人类的真爱、大爱。

有一个故事让我们反思，有一个在大山上修路的农民工，为了阻止一辆即将翻下悬崖绝壁的大巴车，他受了重伤。等他在医院里醒来的时候，发现自己少了一条腿，面对后悔不后悔一问，他陷入了苦闷：他救了一车人的生命，可在住院日子里，这一车人没有一个来探望他，其实，哪怕只是说一声谢谢，他就无怨无悔了。俗话讲：滴水之恩当涌泉相报，没有感恩、没有爱心的社会是非常让人失望的。

因此，只有关爱家庭关爱父母，才能做到报答社会报效祖国，我们要体会父母对自己的深情厚义。有句话说得很好，一个家庭，父亲是顶梁柱，母亲是挡风墙，孩子是窗户，窗户的背后是什么？一个家庭的希望。当父母的，再穷，也砸锅卖铁，来供自己孩子上大学，万般皆下品，唯有读书高，万般皆下品固然不对，唯有读书高没有什么不好，书读得越多越好，越活，价值就越大，机会就越多。

我们要体验父母的对自己的深情。著名作家贾平凹在他女儿婚礼上的一个即兴讲话：

我二十七岁有了女儿，多少个艰辛、忙乱日子里，总盼望着孩子长大，她就是长不大，她突然间长大了，有了漂亮，有了健康，有了知识，今天又做了幸福的新娘。我的前半生写下了一百多部作品，而让我最温暖的最牵肠挂肚的和最有压力的作品就是女儿，她诞生于爱，成长于爱中，是我的淘气，是我的贴心小棉袄，也是我的朋友。我没有男孩，一直把她当男孩看，贾氏家族也一直把她当做希望之花。我是从困苦中一步步走来的，我发誓不让我的孩子像我父亲那样贫穷坎坷。我要求她自强不息，又必须善良宽容，女儿无疑是做到了这一点，当年我的父亲为我而欣慰过，今天，女儿也让我有了做父亲的欣慰，因此，我祝福我的孩子，也感谢我的孩子。

女大当嫁，这几年里，随着孩子的年龄增长，我和她的母亲对孩子越发感情复杂，一方面是她将要离开我们，一方面是迎接她的又是怎样的一个未来？我们祈祷着她能受到爱神的光顾，觅寻到她的意中人，也是我们把她交给了一个优秀的俊朗的贾少龙！我们两家大人都是从乡下来到城里，虽然一个原籍在陕北，一个原籍在陕南，偏偏都姓贾，这就是神的旨意，是天定的良缘。两个孩子生活在富裕的年代，但他们没有染上浮华习气，成长于社会变型时期，他们依然纯真清明，他们是阳光的、进步的青年，他们的结合，以后的日子会快乐、灿烂！

在这庄严而热烈的婚礼上，作为父母，我们向两个孩子说三句话。第一句，是一副老对联：一等人忠臣孝子，两件事读书耕田。做对国家有用的人，做对家庭有责任的人。好读书能受用一生，认真工作就一辈子有饭吃。第二句话，仍是一句老话："浴不必江海，要之去垢；马不必骐骥，要之善走。"做普通人，干正经事，可以爱小零钱，但必须有大胸怀。第三句话，还是老话："心系一处。"在往后的岁月里，要

创造、培养、磨合、建设、维护、完善你们自己的婚姻。

今天，我万分感激着爱神的来临，它在天空星界，在江河大地，也在这大厅里，我祈求着它永远地关照着两个孩子！我也万分感激着从四面八方赶来参加婚礼的各行各业的亲戚朋友，在十几年、几十年的岁月中，你们曾经关注、支持、帮助过我的写作、身体和生活，你们是我最尊重和铭记的人，我也希望你们在以后的岁月里关照、爱护、提携两个孩子，我拜托大家，向大家鞠躬！

因此，要从对自己负责做起，养成对自己的信心、对父母的孝心、对他人的关心、对社会的爱心、对祖国的忠心，自信自强，孝敬父母，关爱他人，心系社会，胸怀祖国。在这里，要特别强调的是，当前要对青少年学生进行感恩教育。感恩是人与人之间的和谐因子，它是发自心底的感激，而不是为了迎合他人而表现的虚情假意。每个人都离不开他人的关心，不懂得关心他人的人，往往也难于被他人所接纳。以感恩之心回报他人，回报社会，是一种境界，也是健全人格的表现。

感恩的前提是感动。现在的许多孩子，不会感动了。学校里做了一个作文题目，叫“我为什么而感动”。许多学生觉得难极了，瞎编故事，他没有感动过，父母、学校、社会对他那么好，他都不感动，因为他觉得一切都是理所当然的。他自己也没有追求，因为一切都已经满足了。在深圳搞了一个关爱行动，提倡城市孩子和打工子弟交朋友。许多孩子在交朋友的过程感动了，内心就产生了责任感。这些东西的产生，不是老师说教的结果，而是它有一个实践的感性认识，激活了许多教育资源。我们教育的许多道理都是对的，但是内化不成他自己的行为，需要设计一些感性认识的条件，我们需要做这样的工作。感恩教育不是简单的说教，要靠自然的情感流露，潜移默化，润物无声。感动不能仅停留在情感方面，而要更多地体现在报恩家庭、报效祖国、报答社会的责任感上。

责任高于一切，责任胜于能力，责任激发潜能，责任体现忠诚，责任成就卓越。责任是第一位的，责任是最高价值。这次足球世界杯，意大利、法

国作为上届世界杯的冠亚军，都在小组赛就早早被淘汰，名声、传统、天赋，甚至金钱都无法让他们再向前一步，为什么？因为这些球员忘记了他们对球队的责任、对国家的责任、对社会的责任。

是国家栋梁，必须要有社会责任感。现实生活中，有些人不积极、不负责、不健康，甚至颓废。自我意义感缺乏，自我归属感迷茫，自我方向感丧失。社会责任感淡化，自我责任感弱化，家庭责任感虚化，对什么都感到无兴趣、无所谓、无意义。活着没意思，死了也没意思；结婚没意思，不结婚也没意思；干活没意思，闲着也没意思。看破红尘，混日度年，得过且过，破罐子破摔，大事干不了，小事不想做。没有社会责任感的青少年是十分可怕的，他会在各种各样诱惑中迷失方向，流于平庸、自甘堕落。

武汉市鄱阳街有一座建于1917年的6层楼房，盖楼的设计者是英国的一家建筑设计事务所。20世纪末，也就是那座叫“景明大楼”的楼宇，在漫漫岁月中度过了80个春秋后的一天，他的设计者远隔万里，给这一大楼的业主寄来一份函件。函件告知：景明大楼为本事务所在1917年所设计，设计年限为80年，现在超期服役，敬请楼主注意。面对英国人这封信函，我们还需要对责任感说些什么呢？

责任感是一种做事的态度，这种态度可以导致精益求精。同样一个人，可以盖出华丽豪宅，也可以建造出粗制滥造的房子，不是因为技艺原因，而恰恰取决于行为者的责任感。

培养责任感，首先要搞清楚责任感的检验标准。其实，一个简单的社会调查就可以概括出理论上的标准。

一位心理学家在一项研究中，为了实现了解对于同一项工作人们在心理上所反映出来的个体差异，心理学家问他遇到的第一位工人：“请问您在做什么？”工人没好气地回答：“在做什么，你没看到吗？我正在用这个重的要命的铁锤，来敲碎这些该死的石头。而这些石头又特别的硬，害得我的手酸麻不已，这真不是人干的工作。”心理学家又找到第二位工人：“请问您在做什么？”第二位工人也无奈地答道：“为了每天500美元的工资，我才会做这件工作，若不是为了一

家人的温饱，谁愿意干这份敲石头的粗活？”心理学家问第三位工人：“请问您在做什么？”第三位工人眼光中闪烁着喜悦的神采：“我正在参与兴建这座雄伟华丽的大教堂。落成之后，这里可以容纳许多人来做礼拜。虽然敲石头的工作并不轻松，但当我想到将来会有无数的人来到这儿，在这里接受上帝的爱，心中就会激动不已，也就不感到劳累了。”同样的工作，同样的环境，为什么有如此截然不同的感受呢？可见，有没有责任感是重要的原因。第一个工人是完全被动的，第二个工人是把自己的工作和家人联系起来，第三个工人则把自己的工作与他人联系起来。由此可见，是否能够将自己的行为和他人联系起来，是有没有责任心的分水岭，这个“他人”的广度透视着责任感的强度。

一个人待人处世，如果事事都从自己利益出发，那他是个只对自己负责的人，而不是对他人和事业负责的人，就往往不可得到大家的认可。责任心强的人考虑问题往往从大局出发，始终不忘集体利益，设身处地为他人着想，为集体着想，所以很容易得到大家信任。

如何做个有责任心的人。世界上很多著名跨国公司里，他们的员工都有这样的认识：不仅尽职尽责做好份内工作，而且他们认为，公司里没有和自己无关的工作。凡是有利于公司利益的事情，他们都会在需要时候积极努力干，但凡不利于公司的事情，他们都会在必要时候制止。

一个叫朱兰的大学生应聘到一家外企做策划，策划部与业务部在同一间办公室办公。有一天办公室就他一人。业务经理办公桌电话响了，他忙于工作没当回事。过了一会儿，电话又响了，他想了想，反正是业务那边电话，还是没接。

10天后，朱兰被辞退了，辞退的理由是：一个连电话都不能接的员工，是不会为单位办什么事的。朱兰到现在都不知道，因为他的不负责任，没接电话，公司丢失了一笔总值为300万的大生意。

社会学家戴维斯说：自己放弃了对社会的责任，就意味着放弃了自身在这个社会中更好的生存机会。这句话用在朱兰身上再恰当不过了。

因此，青少年一代要吸取中华民族的优秀文化充实自己，增强历史的使命感和责任感。北京一位中学教师写信给中央领导同志，提出要让全国人民了解

中华民族的历史，了解改革开放30年变化。这位中学教师说，19世纪是中华民族屈辱的世纪，所有不平等条约、所有的丧权辱国、受人欺凌的事都是从19世纪开始的，直到20世纪初。20世纪是中华民族觉醒和奋斗的世纪。21世纪是中华民族振兴和腾飞的世纪。历史往往给我们很大的启迪。我国人民从来没有像现在这样了解世界，也从来没有像现在这样要了解自己民族的历史。我国的5000年文明史，特别是我国近代的历史，对我们每个人都是一部最生动的教材。400年前在罗马出了一本《中华大帝国史》的书。当时中国的封建社会在世界上是最发达的，国民生产总值占全世界的37%，大大超过美国现在世界所占23%的份额。该书把中国描绘成完美的、沉静的而富有才智的国家。中国当时所达到的文明完全令世界羡慕。英国著名学者培根说过：没有一个帝国，没有一种宗教，没有一个显赫人物对人类世界的贡献能够比中国的四大发明施展过更大的威力和影响。

中华民族优秀文化传统博大精深，源远流长，是中华民族生生不息、时代绵延的精神支柱，我们今天倡导社会主义文明建设的许多内容都可以从我国优秀的思想文化、道德传统中找到渊源。如自强不息的刚健进取精神，以“天下为己任”的社会责任感，宁折不弯的民族气节和注重修身的做人之道，知识分子的忧患意识以及“和为贵”的人际关系等。我们应该为我们民族的历史而感到自豪、骄傲。我们要有这样的感觉，在走向21世纪的时候，中华民族5000年的灿烂辉煌的文化传统，将是凝聚全世界炎黄子孙的伟大精神力量，又具有深刻的感召力量，深刻的道德力量。

我们青少年学生要不辜负党和人民的重托，要努力把自己培养成“有社会责任感一代”新人。如果你们的祖父辈可以自豪地说，他们为新中国的建立流过血流过汗，如果说你们的父母经历曲折后可以说找到了中国振兴的道路，那么真正实现中华民族振兴和崛起的重任就落在今天青少年一代身上。21世纪初我们只是一个小康，而真正崛起，成为中等发达国家，和欧美、日本、新加坡、韩国这些国家平起平坐，就靠我们今天的有使命感和责任感的青少年了。

# 第六讲　培养诚信品质

何谓诚信？诚是诚实，真实而不虚伪；信是信用，守诺而不违约。诚信之德在中华民族道德发展过程中源远流长，“千金一诺”、“一言既出，驷马难追’之类的美谈佳话，为我们留下了诚实守信的榜样。

一个诚信的人是敢于面对自我真实面目的人。这样的人能全面客观地审视自我，既不妄自尊大、自欺欺人，也不妄自菲薄、自我贬低。一个诚信的人还是一个以诚待人的人。这样的人能够赢得他人的尊敬和信赖，建立良好的人际关系。这就是诚信之人所具有的特殊的人格力量。可以说，一个人只要拥有了诚信，就能最大程度地把握自己的命运，只要拥有了诚信，就为成功打下了坚实的基础。

在几千年的社会发展中，诚信一直是支撑中华民族的脊梁。在文明进步的现代社会，诚信更应该成为每一个公民自觉遵循的道德规范。随着市场经济的发展，诚信所牵涉的不仅是一个道德问题，还是一个重要的经济问题，没有信用，就没有秩序，市场经济就不能健康发展。

千百年来，以诚信为信条和强调道德约束的商业文化谱写了中国商业文明

的辉煌历史，直至进入现代商业文明时代，依然历久弥新，影响深远，并得到发扬光大。像我们所熟悉的许多国内知名企业都秉承了这一优良传统，海尔以“真诚到永远”赢得了无数消费者的信赖；联想把“诚实做人、注重信誉、坦诚相待、开诚布公”作为做人和做企业的准则，为企业做强、做大积累了深厚的道德底蕴。

人类社会的发展历经了实物交易、货币交易、信用交易三个阶段，现代市场经济就是一种以信用交易为主的经济。发展市场经济需要一个安定和谐、健康有序的社会环境，更需要个人与企业、企业与企业、企业与社会之间相互依赖、相互守信。实践证明，一个社会如果没有清晰的商业伦理和经营理念，便可能陷入自私自利、互相诈骗的泥沼之中。信用是市场经济的支柱，是建立规范的社会主义市场经济秩序的重要条件，也是企业在激烈竞争中的立业之道、兴业之本。一个市场信用不好，就会衰落萧条；一个企业信用不好，就会失去客户，被资本市场和商品市场所抛弃，很难生存和发展。企业是市场的主体，也是社会信用的主体。因此，坚持依法经营、“诚信为本”，靠信用赢得商机、占领市场、提高竞争力，是每一个有现代市场经营理念、有远见的企业经营管理者必须树立的观念。

信用不仅是一种资源，也是一种生产力；信用可以促进交易规模的扩大、交易质量的提高、交易成本的降低，最终变成企业的财富；企业良好的信誉会招财进宝，所有企业要先卖信誉后卖商品。要采取有效的措施，深入开展质量信用、合同信用、交易信用、广告信用等信用建设，以诚信引资金，以诚信聚人力，以诚信促发展。

诚信，是做人之本，人无信不立。诚信，是企业的生存之道，失去诚信就会失去顾虑，失去市场。

诚信，是政府对公民的最大尊重，是取信于民的首要品质。对政治家来说，失去诚信就等于政治上的自杀。对大学生来讲，失去诚信就等于学业上的自杀。

诚信，是社会的道德基石，一旦失去诚信，就会社会失序，道德沦丧，一切法制、行政都无能为力。

世界两位著名领导学专家对领导人特征进行了深入研究，对数千家企业和政府部门进行跟踪调查和20年研究，在列举的20多项领导人特征中，位居前四位的是诚实、有远景、能鼓舞人心、能力卓越。被称为领导人的“四大支柱”。其中“诚实”始终是第一选项，是部下的第一需要，是领导的最高法则。部下最期待的莫过于领导者真心待人，信守承诺，言行一致，说话算数。

诚信是一种品质，更是一种素质。诚信蕴含着坦诚、忠实、表里如一、言行一致的深刻意义。诚实守信是中华民族的传统美德，在中国的伦理体系中历来备受推崇。

德国古代有句谚语，一两重的真诚等于一吨重的聪明。大诗人歌德讲，始终不渝地忠实于自己和别人就能具备最伟大才华的高贵品质。大作家巴尔扎克讲，一个人要严守诺言，比守卫他的财产更重要。

怎么看诚信呢？从个人来看，高尚的人格力量；从学校来看，宝贵的无形资产；从社会来看，社会正常秩序的运行基础；从国家来看，良好的国际形象。我们应当以诚信立身，诚信做事，诚信做人，把诚信作为我们通往社会的通行证。

国外著名大学新生人校，都有诚信宣誓。英国爱丁堡大学诚信誓词：我是爱丁堡大学学生，真诚、郑重承诺：我将永远尽责，勤奋学习，我将接受有关任何教学法规的裁决，如果对我的学习和行为表现有任何不尽满意之处，有权开除我的学籍，作为一个校友，在任何场合，回报我的感激之情，至死不渝。

钱学森从青少年时期就有实事求是的品德，对就是对，错就是错，来不得一点含糊。在上海交大的时候，一次水动力学考试，教授给钱学森判了满分。但卷子发下来以后，他发现有一个小小的错误老师没有注意，马上举手说：老师我没有全对，我这儿错了。教授后来给他扣了4分，并把卷子保留着，去世之前还说，我这儿还有一份钱学森的卷子。

诚实守信是青少年全面发展的基础。青少年要实现思想道德素质、科学文化素质和健康素质的协调发展，须以诚信为内驱力。因为在人的整个素质中，思想道德素质是核心，而诚信则是思想政治素质的基础构成和道德品质的鲜明表达。青少年如果诚信缺失，就难以形成内在统一的完备的自我，诚心做事、诚

实做人，获得他人的信任，与人和谐相处，为融入社会、发挥自己的聪明才智，成就一番事业奠定坚实的基础。实践证明，青少年只有在基本道德规范维度中，追求高尚诚信人生，自觉遵守明礼诚信的基本道德规范，从身边的事情做起，从具体的事情做起，持之以恒，才能养成良好的道德品质，实现全面发展。

# 第七讲　修炼优秀习惯

有两个生动事例，反映了人的习惯优秀。有一次，从伊豆半岛西部通往东京方向100多公里长的公路上，几乎全线塞车。日本的道路十分狭窄，国道也只有上下两条车道。几乎所有的车都是回东京的，对面来的车很少。这样的塞车可以说蔚为壮观，顺路望去，看不到头的车流在一步一步地缓慢行驶。100多公里的路塞车，居然没有出现一个维持秩序的交通警察，也没有看到一辆车，从空荡荡的下行车道向前超行，甚至没有人鸣笛催促前面的车辆。日本人耐心地坐在车里，一步一停地向前挪动，挪动，挪动了七八个小时，靠着耐心与自律，他们竟自己把这绵延100多公里的堵塞的车龙给化解了。

有一年在日本某城市举办足球赛。那是在一个能容纳六万人的体育馆举行的比赛，整个体育馆座无虚席。由于比赛时间长，观众大都带来了饮料、水果和干粮。比赛结束后，整个体育馆里竟然没有一张废纸，没有一个塑料袋，没有一个空饮料灌，这六万名观众好像突然来了一下，又突然消失了。

习惯，和每一个如影随形，又深刻影响着每个人的一生。世界大哲学家亚里士多德有一句名言：播种一种行为，收获一种习惯；播种一种习惯，收获一

种品德，播种一种品德，收获一种命运。为什么这样讲呢？人生是由无数个行为构成的，意思是说，行为优秀不算优秀，习惯优秀才是真正的优秀。一两个顶尖的优秀行为，也比不上一个优秀的习惯。行为的优秀是暂时的、偶然的、孤立的、缺乏后继性的，习惯优秀才会为行为优秀提供制度上的保证。

2000年，75位诺贝尔奖获得者在法国巴黎开会，有一位记者访问了一位诺贝尔奖获得者，给他提了个问题：你认为你人生最重要的东西是在哪所学校学习的？他思考了一下说，我认为我人生最重要的东西是在幼儿园学习的，幼儿园老师教育我们，有东西分给小伙伴一半，做错事要承认错误，不是自己东西不拿，吃饭前要洗手。这都是基本习惯，做人的道理。

有人曾经做过一个调查，对148名杰出大学生研究，他们之所以成为杰出大学生，良好习惯是最重要原因。

曾经对115名死刑犯做调查，他们从善到恶、从人到鬼，绝不是偶然的，恶习是他们的罪恶之苗、悲剧之根，他们中30%曾是少年犯，61%少年时曾犯有前科，基本上都有劣迹，从小就有不良行为习惯。有一个抢劫盗窃杀人犯，家庭富有，从小就吃香的、穿新的、用好的。他的人生轨迹是，5岁吸烟，6岁喝酒，7岁打牌，8岁赌博，10岁下馆子，12岁下舞厅，14岁亲姑娘，15岁就学会了嫖娼，由此养成三大恶习，嫖、赌、逍遥。他对朋友，讲嫖、赌、逍遥我从小养成，对我来讲，像人吃饭穿衣一样需要。

有一家外资企业招工，报酬丰厚、要求严格，有些高学历学生过五关斩六将，最后一关总经理面试。总经理说，你们等我十分钟，我有点急事。总经理走后，这些毕业生围着总经理大办公桌，你看来信，我翻文件，十分钟后，总经理回来了，宣布说面试结束，很遗憾你们都没被录取。这些毕业生很疑惑，面试还没开始。总经理说我不在期间，你们的表现就是面试，本公司不录取随便乱翻别人东西的人。这些毕业生全傻了，从小到大没人告诉这一常识，更谈不上习惯的养成。从更深刻意义上来讲，习惯是人生之基，决定人生的成败。

青少年修炼的习惯，主要是学会做人，学会学习和学会生活。如果说，性格决定命运，那么习惯影响一生。如果说，知识改变命运，那么，习惯主宰未

来。青少年要培养自己一种成长幸福的习惯，一种成才自信的习惯，一种成功快乐的习惯。

优秀是一种习惯。我们的一言一行都是日积月累养成的习惯。我们有的人形成了很好的习惯，有的人形成了很坏的习惯。所以，我们要把优秀变成一种习惯，使我们的优秀行为习以为常，变成我们的第二天性。让我们习惯地去创造，习惯地认真做事情，习惯地对别人友好，习惯地欣赏大自然。

好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生都习以享用它的利息。坏习惯是道德上无法偿清的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人，使他最好的创举失败，并把他引到道德破产的地步。

世界上公认的七个优秀习惯是，积极处世；确定使命和生活目标；重要的事情先做；双赢的想法；抱着人人都能成功的态度；先理解别人，再让别人理解自己；定期让自己得到休整和充电。

# 第八讲　提高人文素质

步人21世纪以来，青少年学生的人文素养伴随着各自不同的成长过程、现实条件和教育环境，呈现出多样、多维、多层的状况。在一些青少年身上，反映出矛盾的价值取向。一方面他们崇尚远大的志向、宽广的胸怀、善良的心地、丰富的情感、开朗的性格、坚强的意志、渊博的知识、健康的体魄、广泛的兴趣、大方的仪态，等等；另一方面，他们又表现出理想信仰迷茫、社会责任感缺乏、进取精神不强和文化底蕴不足等问题。有的甚至荣辱是非不分、道德水准低下、生活态度悲观、言谈举止怪异。媒体曾曝光大学生“残害同学”案件和“虐熊”、“虐猫”事件，虽属极端，但着实让社会忧虑：我们的青少年学生怎么了？

没有人文精神的社会，是病态的社会；没有人文素养的人，是残缺的人。青少年作为掌握现代科学文化知识，代表“民族希望”、“祖国未来”的群体，人文思想素质的缺失，意味着社会发展和民族命运的某种危机。

“人文”一词较早见于《周易·贲》：“刚柔交错，天文也；文明以止，人文也。观乎天文以察时变，观乎人文以化成天下。”这里的“人文”是教化的

意思。根据周易的观念，“刚柔交错”，质文相当，这是自然之理，故谓之“天文”；而“文明以止”，即文明有节制，有限度，恰如其分，从容中道，这靠人来把握，故谓之“人文”。今天我们理解的“人文”，内涵更为丰富，可以泛指理想之“人性”的思想观念。作为“人文”核心的“人文精神”，则是一种基于对人之为人的哲学意义上的态度和理念。有的学者认为它“是整个人类文化所体现的最根本的精神，或者说是整个人类文化生活的内在灵魂。它以追求真、善、美等崇高的价值理想为核心，以人的自由和全面发展为终极目标”。

人文素质包括三点：第一，优秀的文化；第二，经典的哲学；第三，人类基本的价值理念。人文素质高低，不取决于人的社会地位高低，不取决于人的学历层次高低。云南大学马加爵杀了四个同学，在反思他犯罪事实时候，有一个细节，他从来没有写好过作文，语文成绩一直不好。他怎么进的云南大学？他是广西人，广西奥林匹克数学竞赛他拿了个一等奖，单一的数学好掩盖了马加爵的情感世界、精神世界。

韩复榘可谓国民党大官，有一年到山东大学参加校庆，发表一通精彩的演说，他说今天天气很好，高朋满座、蓬荜生辉，该来的都来了，没来的请举手。他一看没人举手兴致更上来了，听说你们是从笔筒子里钻出来的，而兄弟我是从炮筒子里钻出来的，听说你们会好几个国家的英语，兄弟我连中国的英语也没学会啊，蒋委员长提倡新生活运动，兄弟我双手赞成，但有一条，我怎么也想不通，它规定城市里车辆和行人要靠右走，那左边留给谁呢？一条马路只用半边，这不是极大的浪费么？国民党大官缺乏人文。

一所地处偏远的小学在上美术课，讲台上放着一尊断臂维纳斯的石膏雕像。前来视察教学工作的教育局长走进教室，问一位学生，这个雕像怎么没有胳膊？学生怯生生回答：不是我弄坏的。老师一旁赶快解释说，这雕像买回来的时候就是残的，没胳膊。校长不好意思打圆场说：学校经费紧张，买的是次品。局长很生气，对校长说：再穷不能穷教育，下次一定要买好的，有胳膊的……

不熟悉优秀的中外文化，就不可能有基本的表达能力；不熟悉中外历史，一张嘴就会出错；不掌握经典哲学和人类基本价值理念，一出脚就要走偏路，而

且一辈子生活在黑暗中。人文素质是人不可缺少的基本素质，是精神发展动力。人的精神世界有三大支柱：科学、艺术、人文。科学追求的是“真”，给人以理性；艺术追求的是“美”，给人以感性；人文追求的是“善”，给人以悟性。人文中的信仰使人虔诚。人文既有深刻的理性思考，又有深厚的情感魅力。一个人的精神世界不能没有科学，也不能没有艺术，更不能没有人文。

因此，我们要加强语言、文学、历史、哲学的修养。语言是思维工具，文学是想象，历史是记忆，哲学是思维的结果。没有文学思维缺乏广度，没有历史思维缺乏深度厚度，但没有哲学思维就缺乏高度。正像哲学家培根所说那样，历史使人聪慧，诗歌使人灵秀，数学使人精细，自然科学使人深沉，伦理学使人庄重。一个人，只有高技能，没有人文底蕴，充其量是人手，不是人才，生存尚可，发展乏力。特别是高层次的道德感、社会责任感主要依靠文化来积淀。文化根本在化，这个化就是内化、融合、升华、超越，把正确做人做事道理渗透到人的灵魂里面，人为什么活着，人怎样活着，这是自然科学所不能解决的。

因为我们人活着，生命太需要得到支撑的东西，生活太需要得到鼓励依据的东西。汶川地震，无论是亿万资产的富翁，是开宝马车的，还是名片上印有多种头衔的，生命都赤裸裸暴露在巨大灾难面前，无论是穷人富人、名人凡人，这时候就需要一种人的信念。人生道路能否走好，取决于人的素质，文化素质对人生道路具有决定性影响。余秋雨先生曾经说过一句话：人生的路，靠自己一步步走去，真正能够保护你的，是你自己文化的选择，真正伤害你的，也是文化的选择。

青少年学生要重视自己人文素质提高，提升自己人生境界。什么是人生境界。人生境界就是一个人人生的意义和价值。它是一个人的人生态度，包括这个人的感情、欲望、志趣、爱好、向往、追求等，是浓缩一个人的过去、现在、未来而形成的精神世界。青少年在校学习，不仅要重视增加知识，更重要的提升人生境界，追求完美一生。完美一生就是诗意的人生、创造的人生、爱的人生。诗意的人生，就是跳出自我，用审美眼光看待世界。创造的人生，就是一

个人的生命力和创造力高度发挥，人生充满意义和价值。爱的人生，就是爱每个人以及世界万事万物，爱的人生是感恩的人生。

尤其是学理工科学生，应特别注意学习人文学科知识。成就钱学森的因素很多，钱学森秘书讲，首先一点就是：他有一个很懂现代教育的父亲。虽然他父亲叫他学理工，但同时又让他学习很多文科的东西。比如，他让北师大附中的校长林励儒教他伦理学，让高希舜教他绘画。钱老本人也说，我不仅喜欢科学，我也喜欢艺术，包括艺术理论。他在上海交大的时候，就读过普列汉诺夫的《艺术论》，对艺术还可以用唯物主义的方法进行分类。

21世纪是具有高度综合性的社会时代。认识世界的重大发现和改造世界的重大成果，都将是自然科学与人文科学的结合。西方科学与东方哲学的结合，将是社会发展的重要驱动力。21世纪要求创新人才必须形成完备的知识基础，科学知识是客观世界的知识，人文知识是精神世界的知识。古今中外的大家，都是两者皆备。人文学科具有体验性、教化性和评价性特点，它可以使人的情感得以陶冶，心灵得到升华，形成正确的人生追求。正如美国一项权威调查报告所指出的，人文学科告诉我们如何应对和回答生活中永恒不变的基本问题，那就是：正义是什么？应该爱什么？应该保卫什么？什么是勇气？什么是高尚的？什么是卑鄙的？世界大哲学家怀特认为，天才是一个人的心灵中产生了有意义的综合。竞争诺贝尔奖的选手需要深厚的人文底蕴，需要大思路、大智慧、大视野。接受知识需要理性，科学创新的灵感则依赖于悟性。培养创新人才，需要从人的综合素质和社会文化进步的高度，促进科学教育与人文教育的融合，实现高情感与高科技的联姻，人文气质与科学精神的合璧，促使人追求自身完善，获得整体全面发展。

人文素质的重要我们可从世界一些国家情况来看。德国是科学技术非常发达国家，为什么发动了第二次世界大战，杀害了几百万犹太人？日本是最讲礼仪的国家，为什么发动了侵华战争，制造了震惊中外的南京大屠杀惨案？20世纪50年代和60年代初是我国社会主义建设最好的时期，为什么突然发动了文化大革命？不要知识、不要文化、毫无良知的文化大革命？邓小平同志曾讲过，

十年失误最大是教育，这个教育就是人文教育。

文明、文化，它的发展，它的延续，是人类发展和延续的根基。在第二次世界大战时，有一个记者问英国首相邱吉尔："莎士比亚与印度哪个更重要？"印度当时是大英帝国在海外最大的殖民地，人口最多，土地最广。邱吉尔首相回答："宁可失去五十个印度，也不能失去一个莎士比亚。"的确，人类之所以伟大，现在看来，不是因为他能够征服世界，主宰世界；而是因为他拥有文化，拥有精神。如果说我们的教育对人的问题已经开始注意，那么我们对于人类的命运，对于人类文化的发展延续，对于人类文明的进程，还没有引起足够的关注。

# 第九讲　努力开发情商

世界医学会《日内瓦宣言》强调，我们需要的并不是一个出色扮演医生角色的人，而是正直诚实，有责任心，以利他主义为道德准则的真正好医生。

现代医学之父希波克拉底提出，医生应具备哲学家的全部最好品质：无私、谦虚、高尚、冷静的判断、必需的知识和不迷信。

一名好医生，考虑的不仅仅是医学上的“技术参数”。只有既符合科学、又符合人性的治疗，才是最完美的治疗。

有一位女作家讲述了一段经历：在母亲查出乳腺癌后，她曾和医生讨论手术的必要性。结果，她惊讶地发现，不同的医生有不同的见解。有的医生认为，生命高于一切，乳房对于老人已经失去意义，因此，切除乳房是最安全有效的方法；有的医生则认为，在乳腺癌早期，局部清扫一下淋巴癌细胞即可，完全不必切除乳房，因为人不仅仅要活着，更要注重生命质量。这些持不同观点的医生，不涉及任何利益。这件事让我们明白了一个道理，好医生是情商起主导作用。

什么是好医生，好医生就是用最简单的方法，让病人受最少的痛苦，用最

少的费用，病人康复后很快能适应社会，做到这几点就是好医生。这几点都是情商。

情商的含义不外乎包括两个层次，一个是怎样认识自己、对待自己和控制自己，另一个是如何看待别人、理解别人和对待别人，并处理好彼此之间的关系。

情商高的人主要表现在两个方面，一是能够正确地认识自己，友好地对待自己，理智地控制自己，进而稳妥地把握所遇到的一切机会；二是能够客观地看待别人，豁达地理解别人，公正地对待别人，还要能够和谐地与别人往来相处，得到的必定是别人的支持。

人与人相处共事，要协调好彼此的关系，靠的主要是情商而非智商。想到或想不到，反映的是人的智商。做或不做，则体现的是人的情商。这就是为什么人要取得成功，情商比智商重要的根本原因。

智商很重要、情商更重要。智商决定就业，情商关系成败，智商决定录用，情商关系提升。一个人的成才成功，不仅限于有没有智慧，比智慧更重要的是能不能与人团结合作，取得别人的理解与支持，一个不会团结、不会宽容、不会欣赏、不会感谢的人，必然到处碰钉子，即使是大才也成不了大不用。

智商的修炼主要是提高知识水平。智商是人类成功的指数，但不是最重要的，更不是惟一的成功指数。现代管理科学和人才科学研究表明，人类成功最重要的指数是人的情绪商数——情商。情商包括：良好的道德情操，乐观豁达的品性，克服困难的勇气，自我激励、持之以恒的韧性，关心他人的善良，善于与人相处，自我制约的能力。情商是一种心灵的力量，是一种为人的涵养，是一种性格因素。人的知识积累和能力的形成发展，不仅取决于知识要素，更重要的是受到健康情绪的激励，高尚人格的引导，意志力量的支配，世界观、人生观、价值观的驱动。

什么叫情商？情商教育是美国哈佛大学最早提出的，两句话，人生成就最多20%归诸于智商，80%归诸于情商，谁的情商开发得好，谁的优势就大，谁的成功的机会就越多。自信心、意志力、团队精神、合作意识、人际关系、思

维方式，这都属于情商。情商说透了是一个人的人格特征、精神状态，说白了就是一个人做人处事的道理。一个人的素质，就像冰山一样，浮在水面上的，大家看到的，是他的专业、学历、文凭、知识，真正决定着个人能不能成功的，是在水下的看不到的，是他的价值观念，是他的毅力，是他的协作精神，是他的责任感，都属于情商。

中国民间有两句话，一句为“勤奋即天才”，另一句是“笨鸟先飞”，很有道理。它们讲的是情商的作用。情商应该包括五个特点：第一，健康的情感，包括情感的程度、性质及其理智感；第二，坚强的意志，即意志的四个品质——目的性、坚持性、果断性和自制力；第三，积极的个性意识倾向性，特别是兴趣、动机和理想等需要表现的形态；第四，刚毅的性格，特别是性格的态度特征，例如勤奋、合作、自信以及动力特征；第五，良好的习惯。

现在职业场上的人不缺文凭，不缺分数，更不缺四级六级英语证书，不缺驾照和聪明的脑袋。但缺的是面对困难的勇气，克服挫折的心理，打招呼的礼貌，与人沟通的能力，做人的道理。这些都是非智力因素，而这些都是我们所忽略的，更是青少年自己没意识到的，但这些都是青少年就业创业、成长成才的至关重要因素。将来青少年到社会能不能成才，固然有能力不够的原因，但相当一部分是因为思想品德问题。不会团结，不能与别人合作，就是有再大本事也没用。现代社会，多学点知识，少学点知识，多读本书，少读本书，对青少年发展、成功、成才没有决定影响，但人生观发生偏差，做人理念缺失，将毁坏一生。

2004年，美国纽约出了一本畅销书，书名是《百万富翁的智慧》，访问了美国1300多名百万富翁，问他们成功秘诀，几乎没有一个人说自己的才干，大都强调以下五点：第一诚实，第二勤奋，第三善于与他人相处，第四自我制约的能力，第五，有一个贤内助。都属于情商。

2000年，世界召开人才素质研讨大会，经过研讨，大家得到共识：21世纪的人才，应当通过三张证书，第一张，学术性证书，要有学问。第二张，职业性证书，岗位要合格。第三张，事业心证书。而且把第三张提到与第一张第二

张同等地位，如果没有事业心这个证书，第一张第二张潜力潜能发挥不出来，变得没有任何实际意义。由此可见，情商起决定作用。

有一个农村妇女到深圳打工，一开始给人做保姆，有了钱后摆小摊卖柯达胶卷，别人卖23元一卷，她卖16.1元，她认死理，我卖一卷我就赚一毛钱。后来赚了钱后开了个摄影器材店，搞批发了，晚上结算时，发现别人丢了钱包，想办法花钱打长途电话找到失主，结算时多收了钱想办法退给人家。材料里有两句话说的很有意思，看起来像学雷锋，钱赚的了不得。最后怎么讲的呢？这个农村妇女，用她那简单的东西，就是基本做人道理——情商，在深圳这块人精成堆的地方，打败了复杂的东西。

情商的培养决定人生的成败。一个成功的人，必须具备勤奋和执著的精神。爱因斯坦的成功，除了他善于思考外，还与他的勤奋精神和执著精神分不开。为了研究问题，没有读过大学的他，却利用在专利局的机会大量阅读当时的各种资料。后来仍不满足，又上著名大学学习，掌握了较深的数理知识。这种勤奋和执著的精神为他的成功奠定了坚实的基础，他刚26岁就发表了具有相当水平的第一篇论文，成为当时最年轻最有见解的物理学家。爱因斯坦总结出的公式是：成功＝灵感＋勤奋＋少说废话。

一个人事业要成功，特别是要做出比较大的贡献，需要有坚韧不拔的毅力，十年磨一剑的恒心，需要执著不懈的追求，需要自强、自立、自信的奋斗精神，甚至还要面对失败的风险。失败是成功之母，那些出类拔萃的伟人之所以会取得成功，正是因为他们能正确对待失败，从失败中获得教益，从而踏上成功的大道。做学问是不容易的，取得成果更是不易的。它需要毅力、勤奋和热情，还要经得起挫折。许多有成就、有造诣的学者，都有一本奋斗经。我们往往只看到这些学者的累累成果和受人尊敬的地位，而看不到他们曾经走过的长期艰苦的探索过程。

数学家华罗庚有句名言，“天才在于积累，聪明在于勤奋。”他还说过：“在中学时，别人花一小时，我就花两小时。而到工作时，别人花一小时解决的问题，我有时就可能用更少时间去解决了。学习是一项艰苦的劳动，青少年学生

应该承担合理的学习负担。任何人想要在某个方向取得成功，就必须付出辛勤的汗水。“减负”是减过重的、不合理负担，不是什么负担都没有。不同龄的青少年学生应该具有与其身心发展大致相当的学习负担。小学要讲愉快，初中要讲勤奋，高中要讲刻苦，大学要讲拼搏。一个完全不能承担学习压力的人，恐怕走上社会后也很难承担社会的压力，这对国家民族来说恐怕也不是幸事。

人的创造力的基础是奋斗，一个不想奋斗的人，一个没有奋斗精神、不能吃苦的人，是谈不上创造力的开发的。创造力是工具，是通过人的情感、品质、价值支配的。我们应当把情商这种非智力因素看做一种人生姿态，作为高层次人才所必需的品格。社会上的急功近利，教育上的重智轻德，独生子女的先天缺陷，使我们有些青少年智商很高，情商很低；独处是天才，社交中是白痴；学业上极聪明，待人处世极无能，他们缺乏对社会的基本了解，缺乏对社会生活的积极参与，缺乏人际交往的基本能力。因此，当代社会重视学生非智力因素的培养显得尤为重要，尤为突出。

情商的培养主要解决两个方面的能力和自信心。

首先是自我克制的能力。情商的发明人曾经做过一个实验：在一个小学的一、二年级里面，给每个小孩面前摆一块糖，并对他们讲：“班主任出去15分钟，希望同学们不要吃糖。谁能坚持住，回来奖励一块糖。”班主任走后，录像显示：有的孩子马上剥开皮吃糖，其他一些孩子在吃糖的同学的诱惑下蠢蠢欲动，坚持了五分钟，最后还是把糖吃了。等班主任回来以后，只有极少数孩子，大概不到1/3没有吃糖，这些孩子在后期追踪调查中，无论是学习，还是人际交往，都比其他孩子优秀。所以，要成才，要成就大事业，必须要有百折不挠的决心，要有数十年如一日的恒心和毅力。

其次是与人交流沟通的能力。成功人士知道如何与人交流沟通，要善于与人相处、与人交流，否则会受到许多局限。

有这样一个小故事，一对渔村的夫妻，少年结发，恩恩爱爱。妻子每天把鱼的中段洗干净，或者红烧，或者清蒸，做得好好的，给先生端上去。她自己就在厨房里面胡乱吃些鱼头、鱼尾。日子就这样日复一日过去了几十年，儿女

都长大成人，老夫妻暮年相对，坐在黄昏里。有一天这个老先生喟然长叹，他说我这一生都没有给你提过什么要求，现在都老了，就想你什么时候能给我做一顿红烧鱼头吃？他说你看我最爱吃的就是鱼头，我也不知道为什么娶了你以后，就再也没见着过鱼头了。他妻子一听眼泪就下来了，她说我从做姑娘的时候起，就认为天下最好吃的东西就是鱼肉，她说就是因为爱你，我这一辈子都把鱼的中段给你一个人做了，吃了一辈子我不爱吃的鱼头，我从来不知道你是爱吃鱼头的。两口子朝夕相处不沟通交流也不行。

现在学生沟通能力较差，有几种类型：光说不干。上司给下属布置工作，某大学毕业生听完后，还没动手干，就给上司讲了一通大“理论”，论证上司布置的工作有缺点，要求上司应该这样，应该那样，老板对此极为不快，影响了这个毕业生的升迁发展。这个毕业生不会沟通。

光干不说。某大学毕业生，接到任务后，任劳任怨、默默无闻，完成了所有工作，但做完就完了，没给领导讲如何创造性完成任务，也没主动给上司提建议，这个毕业生不善表达，不善沟通。所以这个大学毕业生发展大多干副职。

又干又说。某大学毕业生，等上司交代工作完后，立马表态保证完成任务，完成任务后给上司谈他是如何创造性完成任务，提出很多创造性建议，这个学生善于沟通，善于协调，后来得到重用，这个学校出了很多大人物。

还是这个学校学生到美国留学，每月只有400美元生活费，生活相当困难，他苦干1个月，完成4篇研究报告，导师很器重。他给导师讲，钱太少。导师看到他很刻苦，找这样助手不容易，决定每月追加2000美元的生活补贴。这说明，在任何岗位，首先要实干，用合适方式沟通，体现自己价值。

钱学森具有很强的组织沟通能力。钱学森的导师冯·卡门对他影响很大。冯·卡门教授不仅知识渊博，还善于交际，家里经常高朋满座，既有政府官员，也有好莱坞明星。钱老当时帮着招待客人，其社会活动能力、组织能力在这个过程中得到很大的锻炼。钱老虽然很有学问，但不是书呆子。他回国后能够把那么大一个庞大的队伍组织起来，能处理好方方面面、上上下下的关系，既能把事情完成，又可以把关系处理好，是非常不容易的。

第三是自信心培养。自信是非常重要的心理素质，自信心是积极的自我意识、自我体验、自我评价。一个人对自我的积极评价，是这个人能够成功的根本标志。自信是一个人自立自强的精神支柱，可以使人在困难面前永不屈服，可以使人在逆境中看到光明。

有一则很有趣的寓言故事，一位拥有数不清家产的富翁为自己如花似玉的独生女儿招聘女婿。应聘者如云。富翁只有一个条件。他指着身边的一条河说，“谁能跳下去游到对岸，我就把女儿嫁给谁！”河并不宽，通常游过去不费吹灰之力。但河边的应聘者却久久未见有人下水。原因就是这条河里有一条大鳄鱼。有谁会为了梦想中美女和财富，先成为鳄鱼的腹中餐呢？如果跳下河，就只有两条路：活着游过去，拥有想要的一切；或者被鳄鱼吃掉。突然，有个小伙子跳下去了，他拼尽力气逃过鳄鱼的袭击游上了岸。随即，无数的镁光灯、鲜花、祝贺者簇拥着他，没有想到筋疲力尽的小伙子用手抹了一把脸上的水珠，骂了一句：“是哪个缺德鬼把我踢下水的？”这位小伙子不是躲过了鳄鱼的袭击，而是靠自信与鳄鱼搏斗战胜了它。

自信心是人生潜能发掘者。目前，我们对大脑的认识是远远不够的，人脑有149亿个神经元，9000万个辅助细胞，能储存1000万亿信息单位，相当于5亿册图书。显然，人脑目前远未开发。乐观的估计是90%的潜能未被开发出来，悲观的估计是95%左右的。人的潜能是巨大的，大多数人的开发微乎其微。

对大脑奥妙的认识上，人类大大地提前了一步。我们欣喜地看到，美国著名科学家凯奇已经获得了激动人心的发现，大脑细胞是会不断生长的。在刚刚过去的20世纪中，科学家一致认为脑细胞的发育和身体其它细胞有很大不同，大脑神经细胞不会再有增加，成人大脑不会长出新的神经细胞。凯奇相信，一旦人的行为发生变化，比如加强对自身锻炼，就会对神经的起源产生影响并改变大脑的“路线分布”，即便是成年人，“我们也能对改变自身状况有所作为”。

自信心是个性发展的最坚定的支持者。一个人的自信心本身也可看作一种个性，它支撑着其他个性的发展，帮助形成许多优秀的心理品格。自信心可以使个性心理趋向更加强烈，使心理特征(性格、气质)更为鲜明。

培养自信，就要正确对待失败。自信心面临的最大考验，是正确对待失败。不多的失败，一般能锻炼人，无损自信心。但一次又一次的失败，对自信心就是严峻的考验。一个人一生中没有失败是不会成功的，有些青少年经受不住失败的考验，这是个大问题。这些年，许多高校实行作弊退学的措施，从此作弊人数大大下降。现在的情况出现微妙变化，作弊的不少是学习好的学生，目的是不当第二名，他们从小开始拔尖，从来就没有接受失败的心理准备。

如何习惯失败，理性对待失败，走出失败阴影，从失败中学习，是现代社会健康人格的重要方面，是当代人必须具备的素质之一。现代社会是一个竞争更加激烈的社会，能力高强的人，也不会永远都是胜利者，往往是从失败中学到的东西，要比从胜利中学到的东西还要多。能正确总结经验教训，失败就是成功之母。常言道，失败是人格的试验田，失败是走上更高地位的开始。检验一个人的品格，最好的办法是看他失败以后能否激发他潜在的力量，激发更多的智慧和办法，失败是增加了他的判断力，还是让他心灰意冷，停滞不前。

美国前任总统尼克松有句名言："人生有99个回合。"他总结自身几次大落之后又大起的经验时说："失败决不会是致命的，除非你认输，但你经历失败时，你就能正确看待你的弱点。"现代社会可以保证每一个人都有均等的发展机会，但并不能保证每一人都有成功的把握。对于一个不怕失败的人来说，成功了自然好，失败了也要能够承受，无论何时何地，都始终保持进取的动力和勇气。值得提出的是，十次、二十次地从失败中吸取教训，可能并不会使你与众不同，但几百个教训的积累，却会使一个人走上完全不同的道路。同时要容忍失败，即使是伟大的成功者，其失败的次数还是要超过成功的次数。不少诺贝尔奖获得者都是在经历了许多次失败以后才换来了成功。没有失败就没有创新，越是有突破性的东西，越有创新性的产品，就会经历越多的失败。

创新要允许失败，不怕失败。创新之所以难，就在于创新并不是都会成功，它肯定会有风险。美国硅谷的成功，是它允许失败，而且它对失败的评价跟别的地方一样。硅谷的投资专家，他去投资一个好项目，就会问，你失败过没有？如果说失败过，对你的看法就更好。你失败过，说明你曾经创新过，说明你更

成熟，他就愿意投资。

世上成大事者，必先经历多次失败，而后才能取得成功。林肯入主白宫前，遭受过十几次竞选失败。爱迪生试遍了上万种材料，才找到了我们今天所用的灯丝。

自信是人生成功的重要基石，是人生成功的第一要诀，自卑是第一大敌。自信使人自强，只有自信，才能使人的潜力才华发挥到极致，也只有自信，才能使人得到“高峰体验”。培养人就是培养他的自信，摧毁人就是要摧毁他的自信。自信是创造的天然伴侣，培养自信就是培育创造，损害自信就是扼杀创造，这是心理科学证明了的结论。

因此，青少年要不断强化“天生我辈必有才，天生我材必有用”的信念。阿基米德说过，给我一个支点，我能撬起地球。笛卡尔讲，给我广延和运动，我将造出这个世界。这些非常豪迈的语言，我们不能因为这些话出自这样的大科学家而说豪迈，出在青少年就说他狂妄。

# 第十讲　团结合作共事

一位企业老总，曾经痛陈其雇员不善于合作的事情。他说，公司花高价雇佣了三个博士到某地去创建一个分公司，带去了50万启动资金。结果不到两个月，资金消耗殆尽，而分公司并没有创建起来，三个博士也都不辞而别。原因不是别的，就是因为这三个博士谁都不能与另外一个人合作。这位老总困惑而愤懑地说："我在日本看到一个类似的电脑分公司，172个博士在一起，合作得很好。为什么在我们国家，三个博士都不能合作呢？"

学会合作，这是当代人最重要的心理品质。为什么要合作？从科学技术发展的需要看，重大科技项目获得者，往往是团体冠军，一个人干可能不成功，几个人干可能会成功，几个专业不同人合干事情可能会惊天动地。特别是在学科交叉、技术集成、知识融合的背景下，个人作用越来越小，成就事业的关键在于集体的力量。真正像爱迪生、牛顿一个人单枪匹马孤军奋战，在今天的成功范例已极少见了。真正像爱因斯坦在20世纪初拿诺贝尔奖，已经是很困难的事情了。

美国加州的红杉是世界上最高的树，约90米，相当于30层楼房那么高。一

般来说，树长得越高，它的根就扎得越深。矛盾的是，根扎得越深，养料输送就越困难，树也就难以长得很高。美国的红杉之所以长得那么高，是因为它们的根很浅，根浅，有一个致命的弱点，容易被狂风撼动，连根拔起。但是风暴并没有能摧毁红杉，这又是什么原因呢？

研究人员发现，美国红杉是成片生长的，树根很浅，但是互相连接、缠绕在一起，形成一个巨大的根的整体。除非狂风能把这一整片红杉全部连根拔起，否则就无法撼动它们。

科学发展史充满着合作精神。翻开人类科学发展的历史，我们就不难发现：一部科学发展史，就是人类合作的最好证明。尽管在历史上，也经历过个体和手工业方式的研究时期，但自1世纪末进入到现代科学技术发展阶段以后，出现了有组织的、规模庞大的研究活动，这个时候科学研究的主要特点是集体劳动与合作精神。

1985年诺贝尔医学奖获得者迈克尔·布朗在谈到他成功的秘诀时，特别强调“合作”二字。他说：“我同戈尔茨坦教授合作了20年。彼此亲密无间，互相学习，取长补短。另外，还得到得克萨斯大学医学院遗传病研究中心的支持，得到了勤快学生的协助和医生的合作。这些都是很重要的因素。”他还说：“搞现代科学研究，单枪匹马是不行的。合作，包括国际合作，是取得成功的重要途径。”

在重大应用和国防科研中，这种合作的特点就更为突出。它不仅需要研究人员之间的合作，而且还需要不同学科以及研究单位、大学和企业的广泛的协作。例如，美国于1942年制订的曼哈顿计划，动员了15万人，耗资20亿美元，动用了全国三分之一的电力，用3年时间制造了原子弹。

美国于1958年开展的“北极星导弹”研究计划，共组织了研究所、大学和企业公司11000个单位参加。

美国的“阿波罗计划”更是空前的，它共动员了42万人参加，其中有120所大学、2万家公司，耗资300亿美元，其规模超过历史上任何一个科学研究工程。

以上事实均充分说明，当代的一切重大科学研究项目，无论是基础研究，或者是应用研究，都必须实行紧密的合作。可以肯定地说，现代科学研究，不仅取决于天才，而且还取决于科学研究人员之间的有效的合作。因此，作为一个创造性的人才，一定具有合作共事的能力，这也是充分发挥个人创造才能的重要保证。

现在重要的创新活动已经很少靠个人单打独斗，更多的是跨学科"集群"式的创新，没有团队精神，协同攻关，集思广益，就很难产生很大的创新成果。个人只有融入到集体之中，才会有个人的全面发展。国内外很多高校都非常关注培养学生的团队精神，这是德育的要求，也是学业的要求。天时不如地利，地利不如人和，天时、地利、人和这三个成功要素中，人和是第一位的，天时和地利都要通过人和才能发挥作用。作为创新人才，不仅要有创新的精神和本领，也要有合作共事的意识和水平。懂团结合作是大智慧，会团结合作是大本事，真团结合作是大境界。在这方面，应该向团结合作的我国"航天精神"学习。载人航天工程汇集了全国100多个行业、3000多个单位的几十万科技人员，形成了规模空前的大协作体系。如果没有相互之间的默契配合、通力合作，神州飞船就不可能升空。增强团结合作意识，要从日常的学习生活做起。同学之间应该经常交流沟通，互帮互学，学会正确的"争"、可敬的"让"，在共事中共同体验合作的迫切感。

从市场经济发展看，市场经济既是竞争经济也是合作经济，但我们有些人把竞争合作对立了，认为有竞争没合作，有合作没竞争。学会竞争必须学会合作。合作能力就是竞争能力。认识一定要到位。市场经济绝对不是你死我活、独霸天下的较量，而是互利共生的多赢。相互竞争只是手段，共同获利、共同发展才是目的。

人们知道，竞争是市场经济的精髓，没有竞争就没有市场经济。因为竞争，才有生产效率的不断提高，才有生产组织形式的持续改进，才有社会财富的涌流和人们生活水平的水涨船高。而竞争的原动力则是人们的逐利心理和行为。这只是问题的一个方面。其实，合作也是市场经济的必要条件，没有合作同样

没有市场经济。因为合作，社会分工得以实现，人们得以各展所长，经济得以有效组织，人类社会得以超越弱肉强食，进入文明时代。不能排除合作者有自利的动机，但合作能够超越血缘关系普遍扩展、不断深入，则奠基于人们的利他心理和行为。

人们需要合作，缘于人类生存和发展的需要。人类是万物之灵，但个体的人又是大自然中的弱者。人类的祖先能够在物竞天择的生存竞争中脱颖而出，靠的就是团结合作；而利他合作也就在长期的自然选择中成为人类的生物禀赋。工业化的推进、市场经济的发展有赖于合作，同时也把合作推向了新的高度。现代工业和市场经济是建立在社会分工基础上的。有分工，才有交换；有交换，才有市场。而有分工，就需要合作；有合作，才有社会化大生产。分工意味着专业化，意味着人尽其长、物尽其用。但若没有合作，无论个人、企业还是区域都难以发挥自己的优势，就不可能享受到分工的利益。不同产品和服务的生产经营者需要有合作的意识，为使用者着想，为社会公共利益着想；同行也并非就绝对是“冤家”，各种行业协会、同业工会、合作社就是生产同类商品、提供同样服务的个人和企业的合作组织。

人们需要合作，缘于社会公平和正义的需要。善良的人遭灾落难，人们会感同身受；违反规则的人得不到惩罚，人们会愤愤不平。同情心和进取心一样是与生俱来的，关爱弱者、扶危济困是人类进化过程中形成的优秀品质。

现代社会，人们不仅保留着利他合作的遗传基因，而且将其外化为制度和程序，成为经济和社会正常运转的基本保障。除了各种行业协会、商会以及合作社，社会保障制度是典型的互济合作的制度安排。通过这类制度，竞争中的失利者有了东山再起的机会，社会中的贫弱者不再担心流离失所，“老有所终，壮有所用，幼有所长，鳏寡、孤独、废疾者皆有所养”的社会理想得以实现。这是源于人们互助合作美德的制度，是维护社会和谐的制度，也是保障市场经济健康发展的制度。

自利和利他都是人类的天性。片面强调利他，忽视个人利益，不会有效率；片面强调自利，忽视合作互助，也不可能有长期、可持续的社会福利提升。追

逐利润，但不能唯利是图；鼓励竞争，但不能不择手段；推崇效率，但不能践踏公平。要尊重人们对自身利益的追求，也要弘扬利他合作精神；要建立和完善竞争机制，也要为开展合作鼓劲、搭台，从而使“我为人人，人人为我”从自发走向自觉。

我们应当学会合作。学会宽容。你有了成绩了感到高兴，你要善于从别人身上获得乐趣。人要一种大气，有了大气，才能自我超越。

政治建设、政治舞台也需要团结合作。2008年6月7日，希拉里·克林顿发表演说，宣布总统竞选失败。一般来说，退选演说既不能流露出对对手的怨恨，又不能让自己显得灰溜溜，再加上希拉里个性很要强，演说难度可想而知。但实际上，演说正式开始前，她就受到了长达1分半钟的持续鼓掌欢迎，随后足足讲了30分钟，期间有几十次的掌声和欢呼，尽管是退出选举，但是仍然像一个胜利者一样。演说极为出色，内容可圈可点，给人留下深刻印象。其高雅的团结合作政治风度，尽显无余。

为往事叹息，会阻碍我们前进。生命短暂，时间宝贵，沉湎于空想的代价实在太大。面对现实，我们必须团结起来。这就是我全力支持奥巴马参议员当选下一任总统的原因。

我们的战斗还将继续，我们的目标还没有完成，让我们继续用我们的能力、我们的热情、我们的力量、我们能做的一切，帮助巴拉克·奥巴马，让他成为美国的下一任总统。

我在竞选中，曾经同他面对面辩论了22次。我对他很了解，我亲眼看到了他的力量和决心，他的优雅和勇气。

作为人类，我们没有人是完美无缺的。这就是为什么我们彼此需要。当跌倒的时候，我们彼此扶持。当灰心的时候，我们互相鼓励。一些人会成为领导者，另一些人将紧紧跟随，但是没有人能够独自完成这一切。

什么叫政治？政治就是政治家把自己的朋友搞得多多的，把敌人的朋友搞得少少的。什么叫经济？经济就是企业家把合作同行搞得多多的，双赢、多赢、共赢。如果把同行都变成了对手，变成了敌人，把自己搞成了孤家寡人，最终只能是四面楚歌，霸王别姬。什么叫科技？科技就是科学家组成创新团队，集思广益，多学科协同攻关。现在有句话讲的好，生存靠国家，发展靠自己，锦上添花靠朋友。

怎样才能搞好团结合作？最重要的，要学会欣赏，转换你的思维方式。看人先看长，别看人先看短。学会欣赏是做人的美德，是营造和谐人际关系的一门艺术，欣赏是真诚的流露，尊重的体现，他把温馨送给别人同时自己也受到了激励，播种的是关爱，收获的是友谊。心理学研究表明，每个人都有感知别人对自己看法的能力。当你欣赏别人，或被别人欣赏之后，心情总是愉快的，情绪总是高涨的。一个人的爱心是从学会欣赏开始的，一个人的上进心是从发现别人的优点、长处开始的。当你不断发现周围和别人优点的时候，说明你在进步。当你发现周围的人都不如你了，变成自我欣赏之后，说明你进步已经停止了。高看别人一眼，未必降低自己，低看别人一眼，未必抬高自己。但我们有些人总是高看自己低看别人，人际关系不容易搞好。一个班集体大家互相盯缺点，就是缺点的集合体，大家互相看优点，就是优点的结合体。古人讲得好：容人、容事、容言；退一步海阔天空，让一步风平浪静。

欣赏，是一种胸怀，一种雅量，能阅人、能容人、放大他人优点，缩小他人缺点。学会欣赏就会明白每个人都是独立自由的，每一个个体都是希望得到关爱、尊重和理解。浪漫人生，我们无法预测生活中的每一个节点；朝夕劳作，我们不能避免工作中每一处失误；多彩世界，我们难以绕开情感中的每一处波澜……学会欣赏，就不会以小人之心度君子之腹。

真诚的欣赏，既能让别人感觉自身价值，也能让自己从中受益。学会欣赏，眼中就会少一点对人生的哀怨；理解欣赏，就会对平凡工作多一分热爱；懂得欣赏，就能化解不必要的猜疑和纠纷。

我们要学会用赞美眼光看别人。班上有个女生看不惯周围的一切，她说班

上男生一群傻小子，班上女生一群疯丫头，学习成绩比自己好的就是学习机器，学习成绩比自己差的就是笨蛋一群，体育委员得了冠军还不是头脑简单四肢发达，班长当了优秀干部还不是沽名钓誉啊！但换一种眼光情况就完全变了，班上男生憨厚朴实，班上女生活泼可爱，成绩比自己好的要向他学习，成绩比自己差的我可以帮助他们，体育委员当了冠军够辛苦的自己也光荣，班长当了优秀干部当之无愧。可见换一种眼光，用赞美的眼光，欣赏的眼光，你会发现你身边、你周围到处都是朋友。

如果在人际交往中人人都乐于赞赏他人，善于夸奖他人的长处，那么，愉快度将会大大增加。

一位女学生去心理咨询，她因为宿舍中人际关系紧张而苦恼，宿舍里同学们互不来往，很难知心交谈，气氛沉闷。她希望改变这种状况，但又不知从何做起，心理咨询老师告诉她：从自己开始，试着学会夸奖他人，真心赞赏他人的长处，如："你今天气色很好!""你的眼睛真亮!""这件裙子对你再适合不过了!"等等。不久以后，她来告诉我，宿舍的气氛完全变了样，大家相互帮助，彼此关心，在一起时有说有笑，下课后都愿意回宿舍，好像宿舍有一种无形的吸引力。

在家庭生活中，学会赞美尤其重要，人们常常婚前甜言蜜语，婚后批评抱怨。其实，婚后妻子更需要丈夫的欣赏，丈夫更渴望妻子的鼓励，批评挑剔不但于事无补，反而会适得其反。

王大姐之夫平日懒惰，从来不理家务，无论王大姐如何唠叨指责毫无效果，无奈之下求教于心理医生。得到心理医生的指点，王大姐一反常态，再不唠叨抱怨，代之以刻意观察寻找丈夫偶尔表现出来的良好行为。某日，其夫无意中洗了一次自己用过的碗，于是王大姐大加赞赏，并做几道好菜予以鼓励，其夫很高兴。再一次，其夫洗了自己的袜子，王大姐马上表扬，渐渐地，其夫感到家庭的温暖，一回家即主动干活。

在儿童的成长过程中，鼓励和赞扬更是不可缺少。"儿子真棒，爸爸为你而自豪。""妈妈相信你有能力处理好与同学的矛盾。"这些对儿童的自信与自立至

关重要。

夸奖他人要注意，首先要真诚，要出于真心；其次，夸奖的内容应被对方所在意。

只要我们用心去发现，便会很容易看到别人长处，有一位小学老师，为了培养孩子们的自信心，让所有同学都写下“我眼里的全班之最”，将班里同学最优秀、最突出的特点都写下来，收集汇总后发现每个同学都有不少优点。可见，人都是有优点的，只是我们愿不愿意去寻找，并真诚地给予赞美。

欣赏的心态是阳光的。这种心态，有一种喜悦之心、欣然之情。有了这种心态，看天，天杰；看地，地灵；看人，人勤。有了这种心态，就不会相信世界上会有不亮的天、地球上会有走不通的路。有了这种心态，即使冬天来了，也会说，春天还会远吗？即使无路可走了，也会说，路不都是人走出来的吗？即使有人犯错了，也会说，人非圣贤，孰能无过？这种阳光心态有一个稳定的基因：积极多于消极、乐观多于悲观、自信多于自卑。这种心态，在欣赏别人中展现了自身人格的魅力。

欣赏是改变人际关系的润滑剂。在现实生活中，赞美不仅仅是一种现象，还是一门学问，更是一种艺术。

马克·吐温曾经说过：“一句精彩的赞词可以代替我10天的口粮。”

欣赏别人，其实是一种智慧、一种策略，是人际关系中能够融合各种关系与矛盾的“润滑剂”，而且这种美丽的言词又是免费供应，无须任何投入。如此“于人有利、于己无损而有利”的事，何乐而不为呢？

欣赏他人是一种博取好感和维系好感最有效的方法。

美国前总统威尔逊在竞选民主党总统候选人的时候，也采用了欣赏他人的方法。

威尔逊多年以前表示要将某议员打得一败涂地。在华盛顿的某一场宴会中，那位议员也在座，威尔逊在他的演说词里，对那位议员的品格和他所以博得名誉的缘由赞誉备至。过了不久，威尔逊又和该议员碰面了，那位议员与原来判

若两人，对威尔逊十分热情客气并在竞选中支持了威尔逊。

欣赏他人，是博得他人好感、获得他人赞同的一把金钥匙。把赞扬送给别人，就像把食物施给饥饿的乞丐。在许多时候，它就像维生素，是一种最有效果的食物。

人总是喜欢别人欣赏的。有时，即使明知对方讲的是赞美话，但听后绝不会厌恶，除非对方说得太离谱了。

欣赏，既是一种至高的说话技巧，也是增进人们之间情感的重要桥梁。

搞好团结，搞好合作，还要有一种包容的心理，就是包容别人的缺点，用多元视角、多方位来看一个人。包容是一个人最难得的品质，它符合多元文化的心理要求。美国前任总统里根在竞选总统的时候，他的竞选班子给他拍了一个专题片。这个专题片表现一个什么情节呢？在美国南卡州一个小镇上，一个12岁小姑娘抬着头和里根对话，小姑娘说：里根先生，我准备投你一票。里根很高兴，里根大高个马上蹲下来了：小姑娘你为什么要投我一票啊？你有什么理由啊？小姑娘说：4年前，你当美国总统的时候，我们这个小镇上我能买到的冰糕冰激凌只有三种。你当了四年美国总统后，我们这小镇上我能选择的冰糕冰激凌已经达到十四种，所以，我要投你一票。大家知道12岁小姑娘他还不具备选举权，但这个片子确实帮了里根大忙，走到美国哪一个州，一播放，就收到异乎寻常的效果，说明什么呢？用什么来判断一个领导人的政绩呢？文化的多元化，多元视角。和谐社会也好，和谐世界也好，对和谐这两个字的字义可以理解一下，和字，一个禾边，一个口，代表人人有饭吃；谐字一个言字边，一个皆，皆言，代表人人有话说。人人有饭吃是经济民主，人人有话说是政治民主。和谐社会这两个重要目标都包括了。

在人的所有优秀品质中，最难得、最可贵的是包容。包容是示强，是自信和自强的表现。包容不只是对别人的大度和接纳，更重要的是自我克制、自我战胜。在中国文化中，包容的真正内涵是厚德载物，海纳百川，不同而和，和而不同。2005年联合国教科文组织通过的《人权与文化多样性》的文件中指出，“容忍”是21世纪国际关系中必不可少的价值观点。

青少年的包容特别要体现在对得罪过自己的人不要耿耿于怀，怀恨在心。“君子报仇，十年不晚”，并不是什么英雄气概，不值得提倡。人的宽恕都是相互的，你不宽恕别人，也就得不到别人的宽恕。冤冤相报何时了，苦苦相逼何时消。佛教在劝导人生时经常说，自己活也要让别人活，要想自己活得好，也要设法让别人活得好。如果只想自己活，不让别人活，那自己也活不好，甚至活不成。当前世界恐怖活动深层原因，就是霸权国家横行霸道，欺人太甚。他们只想自己活，却不让别人活。有些人逼急了，便采取这种恐怖报复的方式，意思是你不让我活，我也不让你活，干脆大家都不活了。

搞好团结合作，还需要学会沟通。团结合作的基础是共识，共识的前提是沟通。沟通的关键是相互理解。有了矛盾，有了隔阂，如果不沟通，小麻烦会变成大麻烦，更大麻烦还在后面。

# 第十一讲 保持健康心态

心态是一种情绪状态，心态既受到客观社会状况的影响，也受到一定价值意识的支配。积极的或消极的心态会使人们产生不同的言行。高尚健康的价值意识对形成积极的心态具有引导和指导作用。

心态就是内心的感觉好。我们说人的心胸开阔，主要是人心态感觉好，心态调整好，心态调整有一个重要基础，就是心态沉淀，它是心态调整长期起作用的重要因素。许多有才华的人，最终没能够成为天才，往往就是卡在心态调整这一关上。心态不好，就像马达的电池不足，电压不稳，要想正常运转是不可能的。即使不说工作，就一般人的生活讲，没有一个好的心态，生活质量也会大打折扣。

有句话说的好，千金难买好心态，想要快乐，想要幸福，想要成功，就要有一份轻松的心情，一种健康的生活态度。对任何人讲，拥有好的心态都是非常重要的。很多事实证明：很聪明有才能的人处处可见，但很多人却鲜有建树，而心态端正，做事勤奋扎实的人往往获得成功。

在现实社会，我们看到同一个单位同样工作的人，有的人被辞退，有的人

不断进步；有的功成名就，有的人事业平平。有的人生精彩，有的人生暗淡。同样环境，人生境遇会有那么大不同，关键在于人的心态。好的心态是我们做好每一件事的前提。

一般讲，我们考察人、评论人、用人首先看能力，但如果心态不好，再有能力也无济于事。因此，决定人的平庸和优秀不仅仅是能力问题，一个更重要因素是心态。在现实社会中，以能力高低为标准去评判一个人的价值已经不准确了，很多时候，心态扭曲更加可怕，因为它不仅能够导致物质财富匮乏，影响人的生活质量，还能让人的精神陷入危险地步。

有一个著名的雕塑，名字叫《思想者》，作者是19世纪法国著名的雕塑家、艺术家罗丹。他一生创作了许多世界知名的作品，其中《思想者》是他的代表作。这个雕塑表达了一种什么思想？我们看到，雕塑的这个人身体很健壮，而且健美。从身体上说，这尊雕像的男子是一个富有者，但是他却在痛苦地沉思，在思考人生，思考过去，也在思考未来。艺术家可能在给我们传达一个信息：有一个健康的躯体，并不是一个完美的人生，它必须在思想上获得解放，才能够奔走起来，否则即使他有健美的肌肉，但他也摆脱不了思想给他带来的痛苦。因此，心态是一个人生命中最重要的组成部分。

世界卫生组织（WHO）对健康有一个定义，健康不是没有病，而是在心理上、生活上、社会适应上，人始终处于一种完美状态。

20世纪50年代以来，越来越多的研究表明，人类的健康不仅仅受生物因素的影响，心理、社会、环境和个人生活方式等方面也在不同程度上影响着人类的健康。世界卫生组织（WHO）于1948年在其宪章中提出："健康不仅是免于疾病和衰弱，而是保持体格方面、精神方面和社会方面的完美状态"。这个定义对健康的内涵做出了准确判断，改变了以往"健康"仅指无生理异常现象而免于疾病的观念，确立了生理健康、心理健康和社会健康是人们身心健康的三大主要内容，具有划时代的意义。1968年，WHO又明确指出"健康就是身体、精神良好，具有社会幸福感。"1974年，第27届世界卫生会议强调指出：医学应采用各种新知识、新技术和新方法促进健康，研究心理、社会因素在疾病和保

健中的作用。1978年9月，世界卫生组织与联合国儿童基金会在阿拉木图召开国际初级卫生保健大会，发表了著名的《阿拉木图宣言》，指出："健康不仅是疾病与体弱的匿迹，而是身心健康、社会幸福的完美状态"。

在WHO的推动下，健康的新概念在全球得到了广泛传播并日益为人们所接受。健康已经被公认为是社会进步的一个重要标志和潜在动力，促进健康不仅是卫生部门的责任，而且也是全社会的共同责任。与此相适应，美国学者恩格尔在20世纪70年代首先提出了生物—心理—社会医学模式（也称为现代医学模式），取代了传统的生物医学模式。这种"以健康为中心"的现代医学模式主张，人是生物、社会和心理的统一体，强调躯体、精神和社会适应三个健康要素相融合，任何一方面出现障碍都属于不健康的范畴。研究健康与疾病、心理及社会的关系，这是对健康全新的、本质性的认识。在这种理念的支配下，"生理与心理各项检测指标都完全正常才是真正的健康"这一标准逐渐被世界各国所公认。"以健康为中心"的医学模式是医学史上的第二次革命。

1990年，WHO关于健康的概念又有了新的发展、即把道德修养纳入了健康的范畴，提出了道德健康的概念。所谓道德健康，简单地说就是指健康者不以损害他人的利益来满足自己的需要，具有辨别真与伪、善与恶、美与丑、荣与辱等是非观念，能按照社会行为的规范准则来约束自己，支配自己的思想和行为。

在生物—心理—社会医学模式基础上，引入道德健康的观念，形成了新的整体健康理论。这种新的健康观念认为，健康是生理健康、心理健康、社会健康和道德健康四者的有机结合。健康的人应当是身心状况良好，社会适应性强和道德健康。整体健康观强调，影响人类健康的因素可以分为四个方面：即生物遗传因素、环境因素、生活方式和行为因素、医疗卫生服务因素。其中的生活方式和行为因素隐含着道德健康的要求，不仅对个体，而且对他人、对社会的健康发展都会产生重大的影响。

新的健康概念告诉人们，健康不再是单纯的生理上的病痛与伤残，它涵盖了生理、心理、社会及道德健康。这是一个整体的、积极向上的健康观。整体

健康观念说明了人们对健康的理解越来越科学，越来越完善，对自身健康要求越来越高，对幸福的追求越来越趋完美。

前段时间报纸上揭露了几个校园暴力事件，2008年10月28日，中国政法大学一名教授正在上课，一名学生冲进教室，几刀就把老师给杀害了；浙江一名中学生，经常逃课上网，班主任准备家访，他不让班主任家访，把班主任骗到山上，活活把班主任掐死了；山西一个高一的学生，在校园里一刀就把老师刺死了。这些凶手不是十恶不赦的歹徒，而是刚刚成年，或未成年的学生。什么心态啊？就是同归于尽，就是鱼死网破。社会发展，竞争加剧，人的心理承受能力大大减弱，心理矛盾增多，有些同学为了区区小事，就郁闷，就酿成悲剧，去自杀。我们说这个原因那个原因，最大的原因也就是两点，自高不能得志，自卑不能自拔。

2005年上半年，我国南方某著名大学一个星期自杀了5个人，4名学生，1名教师。这个时候好多人出来说话了。气象家说，春天气候干燥，容易引起人的自杀。社会学家说，自杀有弥漫性，一个人自杀会勾引另一个有自杀倾向的人去自杀，所以造成了连片自杀。有没有道理？有道理，但不是大道理。大道理是自杀的人没有责任，他对同学有责任绝不会自杀，对父母有责任更不会自杀，对社会有责任也不会自杀。自杀的人只想到了自己，自己的问题，自己的面子。有人测试过，一个母亲带着孩子在任何困难条件下她都不会自杀的，因为她有责任感。

有位计算机专业学生，学习优秀，高考状元，在考研究生的时候，他就自认为一门功课没有考好，就跳楼自杀了。他家是农村的，他就没有想到父母亲含辛茹苦培养他的代价。结果卷子改出来后，他认为考的最不好的那一门居然考了80多分，以第2名成绩完全可以被录取，可他死了。

我们应当承认，青少年在心理素质方面的欠缺还很多，表现在哪里呢？经不起任何的挫折，经不起任何失败的影响，甚至就因为考试比别人少几分也会闹情绪。许多学校、公司的招聘考试并不是考你多少具体的业务知识，而是通过考试来衡量你的心理素质如何。

有这样一则报道，在一次招聘考试中，一个女大学生来到考官面前，考官就问了，你是哪所大学的？学习成绩怎么样？这个女学生讲，我觉得自己学习的很不错了。而这个考官却问道，有的同学说你学的并不好，你的差距还很大。哎呀，这个问题提出以后，那位女同学脸色马上发白，哪一个同学在我背后说我这种坏话，这是不切实际的坏话，女孩子想。愤怒的她连一句也说不出来，这就是心理素质不够的表现。那么在这种情况下应当怎样回答呢？应该说，"我会尽我自己最大的努力去工作，我相信我自己会不断进步的，我不怕失败"。如果这样说，考官一定会很满意，很好，心理素质强。

现在有些中学里，有一种教育叫挫折教育。夏天，外面的最高温度三十五度甚至四十度，中学生背上背包，然后急行军二十里，许多同学坚持不下去，中途退下阵来。但是坚持到最后的那一批学生呢？心理素质很好，集中表现在不怕失败，不怕挫折，失败和挫折后总结经验教训，继续前进。

现在社会有些怪现象，路越修越宽，心越来越窄；楼房越盖越高，眼界越来越低；精美的房子越来越多，完整的家庭越来越少。究竟哪里出了问题？人的心态出了问题。心态不正，动作肯定变形，心理肯定扭曲；心态平和，荣辱不惊，处惊不乱，用平常心做平常事。

人活一世，有宠有辱，有毁有荣，恰如日月，总有阴晴圆缺，这是人生的寻常际遇，不足为怪。古人说君子坦荡荡，小人常戚戚，对此我们应荣辱亦淡然，毁辱亦坦然，豁达大度，均微笑面对。

1998年10月，美籍华人、物理学家崔琦获得了年度诺贝尔物理学奖，而他没有欣喜若狂，仍然按原先的计划安排日程、有条不紊地进行工作。在随后的记者招待会上，崔琦仍然是一身平常的打扮，当时有记者问他得知自己获奖的消息有何感想时，他笑着说："没把它看得太认真，生活依然继续。我也将像往常一样在普林斯顿大学教书，埋头于物理学研究，因为那是一个令我感到其乐无穷的世界。"

荣膺诺贝尔奖，对于一个人来说，是万人仰慕、誉满全球的莫大荣耀，满可以喜不自胜，"弹冠相庆"，引以自豪的。然而，崔琦却平静如常，像什么事

也没有发生似的，他依然按部就班、一如既往地工作和生活。不以己悲，不以物喜，宠辱不惊，淡泊明志，莫过于斯了！

荣德生，中国民族工业的先驱者，前国家副主席荣毅仁的父亲，与其兄荣宗敬分别在上海、无锡等地兴建面粉厂、纺织厂，有“面粉大王”和“棉纱大王”之称。但荣老先生富而不骄，乐善好施，广散钱财，做了许多好事。从他的手书对联“意诚言必中，心正思无邪”以及他为无锡梅园撰写的题联“发上等愿，结中等缘，享下等福；择高处立，就平处坐，向宽处行”，就可以看出荣老先生宽厚仁义、雍容大度的心胸和品性。

马寅初老人因其“新人口论”蒙冤获罪，遭受到专横无理的批判，终被革职。他的儿子把革职一事告诉他时，他只是漫不经心地“噢”了一声。此后，他离开北京大学，回到嵊州老家。19年后恢复名誉，他的儿子把平反一事告诉他时，他也只是轻轻地“噢”了一声。这一声“噢”，饱含了多少屈辱和辛酸，也蕴含了多少感伤与希望。正是对世事的洞悉与省悟，对人生的感知与坚守，才使他活过了整整一个世纪！

幸福与金钱无关，快乐与贫富无关。《菜根谭》上说：“文章没有它奇，只有恰好；做人没有他异，只有本然。”这本然二字，说的不就是一个人所能拥有的一颗平常心吗？有了一颗平常心，就能“自由自在”地活着，平心静气地活着，活得真实，活得从容，活得健康，也能活得恬然，活得美丽。

人生在世，要用平平常常的心态、高高兴兴的情绪，快节奏、高效率多做平平凡凡、实实在在的事。人生最难的就是在平凡的岗位上，过平常的日子，做平淡的事情，仍然能高高兴兴、快快乐乐，那才叫大快乐。

我们应当经常调整自己的心态，有四句话说得很到位：心态决定人生，心态决定命运，心态决定幸福，心态决定快乐。人这一辈子十有八九或六七都是不高兴的事，不顺心的事，烦恼的事。不高兴，你经常得到，容易得到，相反，高兴，你不经常得到，不容易得到。为什么这样说呢？因为人生逆境常常超过顺境，社会复杂常常超越人生经验，一个再聪明再有智慧的人，也有挫折的时候，也有烦恼的时候。有几句格言讲得非常好，幸福圆满未必鲜花不败，风和

日丽未必春天常在；心想事成未必路路畅通，一帆风顺未必前途光明。

党中央提出构建和谐社会，很多人都在研究人的幸福生活。什么叫幸福？人生在世，皆望幸福。但什么是幸福，不同的人有不同的解释。古希腊哲学家伊壁鸠鲁认为幸福就是“身体的无痛苦和心灵的无纷扰”；欧洲中世纪教父哲学家奥古斯汀则认为，幸福就是“忍耐”，就是“期望未来的解救”和“来世的解救”；18世纪法国哲学家爱尔维修则说，幸福是“爱自己甚于爱别人”。

英国哲学家休谟有句名言：“一切人类努力的伟大目标在于获得幸福。”在休谟看来，追求幸福是人类社会的永恒主题。那么，什么是幸福呢？多少年来，答案千差万别。现在，多数人似乎都认同这样的表述：幸福是人们对生活满意程度的一种主观感受。既然是主观感受，那么当人们在拥有基本生活条件、基本医疗条件和接受基本教育的保障后，也就难以或无法为幸福划定一个客观标准了。幸福，不一定与国民的货币收入、物质财富的多寡成正比。在这方面，不丹就是例证。

不丹地处喜马拉雅山南麓，那里交通闭塞，经济落后，人均国民生产总值至今只有800多美元，根据两年前联合国发展计划署发表的全球人类发展报告，在192个国家中，不丹位居第134位。但2006年，英国莱斯特大学公布的一份调查报告称，不丹在“全球快乐排行榜”中，紧随人民生活以高福利、高收入、高税收、高消费为特征的瑞士及北欧诸国之后，名列第8位。134与8，两相对比，反差显而易见。值得深思的是，在手表、收音机和电饭煲仍被视为普通家庭“三大件”的不丹，为什么人活得比许多发达国家的人幸福快乐？

一些研究者认为，这要归功于不丹第四代国王吉格梅·辛格·旺楚克。他在上世纪70年代创造性地提出“国民幸福总值”(GNH)理念，以替代很多国家单纯追求“国民生产总值”(GNP)的理念。吉格梅·辛格·旺楚克强调，人生基本的问题是如何在物质生活和精神生活之间保持平衡。因此，不丹的“国民幸福总值”由四大支柱组成：社会经济均衡发展、保护自然环境、坚持传统文化和实行善治良政。30余年来，追求“国民幸福总值”最大化是不丹政府的奋斗目标，其结果是：政通人和，国泰民乐。

不丹对于不丹人来说，有着非凡的吸引力和凝聚力。据悉，不丹留学生的回国率高达99%，回国后，他们的收入只及在西方国家工作酬薪的零头，可依然心甘情愿。许多走出大山、喝过“洋墨水”的不丹青年学生说，只有回到不丹，他们的心才感到舒服。他们认为，当一个人处于贫困状态时，物质财富的增加会增添幸福和快乐，而当温饱无虞之后，个人的快乐与幸福，很大程度上取决于物质财富以外的许多因素。

幸福是一个很深的话语，从文化角度看幸福。幸福可分为三个层次。第一个层次，以身体满足为标准的幸福，即物质幸福观。第二个层次，以精神满足为标准的幸福，即精神幸福观。第三个层次，以灵魂满足为标准的幸福即灵魂幸福观。从富裕程度看幸福。价值观不一样，看法不一样。中国农民幸福观是“三十亩地一头牛，孩子老婆热炕头。”解放后老百姓的幸福观也几经变化，上世纪五十年代是手表、自行车、缝纫机三大件，改革开放后，又把冰箱、电视、洗衣机作新的三大件。发展到今天，又变成了别墅、电脑、小轿车或一套住房，一个保姆。

幸福是什么？有人说，幸福是一种感悟；有人说，幸福是一种感觉；还有人说，幸福是一种内心感动。教师的幸福是桃李满天下，医生的幸福是天下无疾，农民的幸福是五谷丰登。有人列出了幸福的方程式：幸福＝个性＋需要＋生存状况，这是科学家的“方程式”；幸福＝效用＋欲望，这是经济学家的“方程式”；幸福＝感恩＋知足，这是社会学家的“方程式”。

幸福是一个万花筒，一百个人可能有一百种幸福观。有人将锦衣玉食、宝马香车、大官高官理解为幸福；有人把粗茶淡饭、家庭和睦、平平安安看作幸福；有人把放弃当成幸福，有人把占有当成幸福；有人把履行职责视为幸福，有人把无官一身轻视为幸福；有人说被别人侍候着就是幸福，有人说幸福是为别人而奔忙。

幸福没有标准答案，幸福没有固定模式。被人信任是幸福，拥有希望是幸福，摆脱功名利禄的淡定是幸福，排除浮躁干扰的沉稳是幸福。痛苦要表达的时候，说出来就是幸福；权利有要求的时候，对话交流就是幸福。但有的人裹

着棉被不知暖，吃着蜂蜜不知甜，攀比无止境，牟利无底线。事实证明，幸福与欲望成反比，欲望越高，你的幸福越远，知足常乐，幸福就在身边。

物质生活水平高未必幸福，大家都得到共识。幸福与人的身份、地位、生活水平、经济水平没有直接关系。幸福不是沙漠里那片绿洲，也不是天空中那道亮丽的彩虹，幸福就在眼前。笨人寻找远处的幸福，聪明的人在脚下播种幸福。幸福就在你身边。幸福就在你、我、他的手中，就在你、我、他的脚下。幸福是一种心情，幸福是一种感觉，幸福是一种比较。人生有三个问题可以认真思考：

第一个问题，什么叫幸福的事情。做自己喜欢的事，结果得到大家认同，社会认同。

一个人生命有限，一辈子能干好一件事情就不错了。至于干什么，因受社会分工制约和种种客观条件所限，人们往往并不能自主选择自己所喜爱的工作，常常要听从于命运的安排。

一个人喜爱什么工作，不仅是天赋方面对这项工作比较敏感，也是出于内心深处的一种需要，性情与这项工作比较投合。喜爱是什么？喜爱本身就是持久的动力，就意味着自觉的投入，并预示着事业的成功。有人把人生的诉求分为从低到高的五个层面，从生存、安全、爱情、尊严，到人生价值的实现。如果我们所倾心做的是我们真正喜爱的一项工作，那就是我们的幸福，也就有可能通过辛勤劳动实现我们的人生价值。

在这个世界上，每个人都应该有自己的事业，但事业不等于职业，职业仅仅是谋生的手段。什么叫事业，有两个标准：第一，做自己喜欢的事，而不是因为利益。没有利益也愿做，就因为喜欢。第二，由于从事了这份事业，让人生价值得到体现。人走向社会的第一步，首先要成为一个称职的人。但要在职业中获得更大成功，获得更大快乐，必须把谋生的职业看作一种终身的事业。从学业到职业，是人的社会身份的转变；从职业到事业，则是人的精神境界的转变。职业是社会分工，事业是自我实现；职业是功利的，事业是超越的；职业是被动的，事业是主动的；职业是一时的，事业是终生的；职业是机械的，事

业是创造的。喜欢做某件事，做中产生一种情感，有了情感后做起事情来，奉献和享受已经分不开了。奉献的时候就是享受，享受的时候就是奉献，这才是人的生存崇高境界。

第二个问题，什么叫幸福家庭。学术界有讨论，但没有定论。托尔斯泰曾说："幸福的家庭都是相似的，不幸的家庭各有各的不幸。"一部小说一个人物形象给幸福家庭有个描述，层次比较低，但很有道理。他认为幸福家庭应该没有三种人，医院里没有病人，监狱里没有犯人，夫妻之间没有第三人。

第三个问题，什么叫幸福人生。有一个调查讲得很形象生动。依次排列为，给孩子洗完澡，怀抱婴儿的母亲的微笑；给病人做完手术，目送病人出院的医生；写完小说最后一字，划上最后一个句号的作家。表明感觉心情。

对老百姓来说，什么叫幸福？春节的时候不必为了一张火车票起五更睡半夜，不必被迫去买黄牛票，是幸福；努力工作有回报，有希望得到房子，是幸福；不被欺负，不被强行赶出家园，是幸福；多年默默耕耘的乡村教师得到承认与支持，是幸福。表明感觉心情。

外国人理解幸福也是感觉心情。法国人很浪漫，星期天不愿意出差，不情愿登上火车，忽然发现身旁坐着一位美女，将伴他整个行程。俄国人对幸福理解最具戏剧性。早晨四点钟，有人敲门，你被捕了，两个警察给你带上了手铐。你一看逮捕令，喜极而泣，高兴哭了，对不起，你要找的人是在我隔壁，此时此刻他最幸福。

幸福人生有五句话说得很到位，做到了就是幸福人生、和谐人生、圆满人生。第一句话，事业无需惊天动地，有成就行。不是看你做多大官出多大名。

第二句话，爱情无需死去活来，温馨就行。只要能找到一个情投意合的人，有一份好感觉，并将爱情进行到底，那也就不错了。有人调查过死去活来的婚姻往往离婚率比较高，好聚好散，热得快冷得快。

第三句话，朋友无需如胶似漆，知心就行。朋友不一定非要好得分不开，只要彼此理解，以诚相待，"君子之交淡如水"也就行了。两口子过日子朝夕相处可能同床异梦，有人天涯海角却可能心心相印，世界上千姿百态朋友你都可以

交往，但生命中你要守住几个人，朋友不用多，几个就够了。你最好的时候他未必在你面前，他总是默默依托在你的背后。你得意的时候他未必给你锦上添花，你失意的时候他愿为你雪中送炭。他对你的情感不是那种百分之百的火辣的滚烫的，但他对你的感情相伴你终生，使你感到温暖如春、心心相印。

第四句话，金钱无需取之不尽，够用就行。钱多少才是够？不缺必需品就是够。财富多本身当然是件好事，但多余的财富往往是用于浪费。

第五句话，生命无需长命百岁，健康就行。尽管大多数人最终都得生病而死，但通过努力可以提高生命质量，延年益寿，并减轻生命死亡的痛苦。健康关键是心态健康、心理健康。现在社会上有四高的说法，高职不如高薪，高薪不如高寿，高寿不如高兴，人生最终落脚在高兴上。

一项有关幸福的权威研究表明，人的幸福感主要取决于三个因素：遗传因素、环境因素、积极学习修练。最近，哈佛大学最受欢迎的课叫幸福课，听课人数超过了王牌课“经济学导论”。

哈佛大学幸福课要点有十个：

1．遵从你内心的热情，经常选择对你有意义并且让你快乐的事。

2．多和朋友在一起。亲密的人际关系，是你幸福感的信号，最有可能为你带来幸福。

3．学会失败。不要让对失败的恐惧，阻挡你尝试新事物的脚步。

4．接受自己的为人。失望、烦乱、悲伤是人性的一部分，允许自己偶尔的失落与伤感。

5．简化生活。更多不代表更好，人生求精而不在多。

6．有规律地锻炼。每周只要3次，每次只要30分钟，就能大大改善你的身心健康。

7．睡眠。每天7到9小时的睡眠是一笔非常棒的投资，会使你更有效率，更有创造力，也会更开心。

8．慷慨。“给予”和“接受”是一件事的两个面，当我们帮助别人时，我们也在帮助自己。

9．勇敢。勇气不是不恐惧，而是心怀恐惧，仍然向前。

10．表达感激。记录他人的点滴恩惠，始终保持感恩之心。

人生真正的幸福在于内心里时常荡漾起一片轻柔充盈的暖意。有了这片暖意，不管阳光灿烂或是阴翳满天，我们始终能漾起微笑；有了这片暖意，走在任何一个物欲横流的地方，我们都能不卑不亢，保持内心的祥和与平静；有了这片暖意，我们便能抵挡一切的寒冷与饥饿，风再大、浪再猛，我们腰不弯、步不乱，目光穿越世俗与浮躁，清澈依旧。

感觉心情高兴就是幸福，精神幸福是最大的幸福，精神快乐是最大的快乐。人不仅有生命，还有精神，这是人和动物的更重要区别。人有精神能力，而动物只有生存本能。

人有哪些精神能力呢？古希腊哲学家柏拉图把人的精神能力分为三种，智、情、意。“智”是思考能力。“情”就是情感，人有感情生活，有对爱的体验，有对美的体验。“意”是指意志，就是能支配自己的行为，按照道德做事，也可以说是信仰。所以，“智”“情”“意”就是人的智力生活、情感生活和信仰生活。这三种生活组成了人的精神生活。

从人的享受来讲，精神的快乐、精神的满足是最大的快乐，最高级的享受。这种快乐是任何物质享受不能比的。如果我们只是体验物质的快乐、身体的快乐，而没有体会过精神的快乐，那就不知道精神快乐比物质、身体快乐更好。

今天，我们很多人就是只沉湎于身体、物质这样低层次的快乐中，而觉得世界上没有更快乐的事情了。但只要享受过两种快乐的人，都会得出精神快乐是更快乐的结论。世界上有位大哲学家讲，不满足的人比满足的猪快乐，不满足的苏格拉底比满足的傻瓜快乐。每个人的天性里都有一个“不满足的苏格拉底”，但很多人的这个“苏格拉底”是沉睡的，甚至再也醒不过来。

如何才能有高兴的一生？关键在于如何对待成功。人生成功的标准，不是名，不是利，不是权，而是人生潜能的发挥。给你一个平台，把能力发挥出来了，这就是成功。人生成功不是结果，而是一种体验，一种过程。不是看你做什么，而是看你怎样做。幸福不在乎你拥有多少，而在乎你怎样看待拥有。

成功其实包含两个方面的含义，有别人看得见的和自己感觉到的这两种标准和尺度。一是社会承认了个人的价值，并给予个人相应的回报，如金钱、地位、住房、名望，等等；二是自己承认自己的价值，从而充满自信，深深体会到充实感和幸福感。但是人们往往忽略了成功的后一种含义，认为只有在社会承认我们、他人尊敬我们时，我们才算度过了成功的人生；只有在鲜花和掌声环绕着我们时，才算取得了成功，而忽略了心灵的成长、丰富与幸福。

通常意义上的成功固然是每个人都梦寐以求的，但它不是衡量人生价值的最高标准，比成功更重要的是一个人拥有自己内在的丰富，有自己的真性情和真兴趣，有自己真正喜欢做的事。只要有自己真正喜欢做的事，在任何情况下都会感到充实。而只积极追求外在的成功，没有自己真正喜欢做的事，其实真正喜欢的只是名利，一旦受挫，内在的空虚就暴露无遗。而把自己真正喜欢做的事做好，尽量做得完美，让自己满意，这才是成功的真谛，如此带来的喜悦才是纯粹的成功的喜悦。

目前社会普遍认同的"成功"标准多是看重权力、财富、地位这样功利的外在价值。这样的"成功"是一个社会概念，是人们可以看得见的外在的成功。而现在的父母对成功的理解往往倾向于这种模式，对成功的外在标志过度追求、看重，使得家长容易将孩子当作给别人看的、炫耀的资本，也很容易拿自己的孩子与别的孩子攀比，让孩子学自己不喜欢的专业，做自己不喜欢做的事情。

我们都有到火葬场给亲友送葬的经历，当看到烟囱里冒出缕缕青烟，便是人生最后终结的时候，任何意志坚强的人此时此刻也可能会变得万念俱灰。人生就是这么回事，都爬了烟囱了。但人也是最健忘的，刚刚走出火葬场，哀乐声还在耳边响着，与人斗、与天斗其乐无穷，无穷无尽的烦恼又困扰着你了，大彻大悟显得非常短暂。

健康心态是一种持续积极的内心体验，不良心态是一种心态病毒。心态病毒产生是心理平衡机制失调结果，心理防卫机制缺失。保持健康心态，需要清除以下四个心态病毒：

浮躁心态病毒。目前整个社会充斥浮躁。城市建设顾表面不顾内里，管上

头不管下头，不重视地下基础设施建设。文艺跟风现象日益严重，有些电影只有技术没有艺术，电视剧题材风格不停重复，小说变成影视剧分镜头剧本。高校学风不端，学术浮躁，求数量不求质量，求大不求精，从本科生到教授，剽窃、抄袭屡见不鲜。谁也不肯动脑筋，谁也不愿付出真实劳动。浮躁就像美丽肥皂泡，留不下任何东西。

现代社会，人心浮躁，急功近利，好大喜功，短期效益已成为一些人通病。十年磨一剑，有人恨不得一年磨十剑，文章不写半句空，板凳甘坐十年冷的人少了。站起来想坐下去，坐下去想站起来，一看书眼睛就发花，一思考问题脑子就走神，正是心躁的生动写照。心躁有四躁，急躁、浮躁、烦躁、焦躁。有人焦躁起来，还可能狂躁。躁是现代病、市场病。人的个性淹没在世俗潮流中，人格行为趋于市场化。

形象说，心躁人专看三个头：风头、势头、苗头；爱喝三面汤：脸面、情面、场面。有位花农讲得好，夜来香其实白天也很香，因为白天人的心太浮了，闻不到夜来香的香气。如果一个人白天的心也很沉静，就会发现夜来香在酷热的中午也是香的。一个浮躁的心灵，会忽略世界的美，会误解世界的真谛，它会造成对于世界的无端的曲解。实际上，今天的世界，今天的我们，常常处于浮躁之中，浮躁给我们的人生体验带来很大损失。

做学问是不容易的，取得成果更是不容易的，它需要淡泊名利，宁静致远，耐住清贫，守住寂寞，乐于奉献，勤于耕耘。许多有成就有造诣的学者都有一部奋斗经。天上不会掉馅饼，今天的成就因为昨天积累，明天的成功有赖于今天努力。真正的成功是将勤奋和努力融入每天学习工作中。

浮躁心态病毒产生原因有三个：第一个原因，浮躁是一种习惯性心态。有人从来就不会踏踏实实，埋头苦干，总是在走捷径，找窍门，而又总是不得要领。手里做着事情，眼睛东张西望，总不能把一件事情做到底。第二个原因，浮躁来自欲望控制。各种愿望都想满足，都想同时得到满足，而又总是得不到满足。对自己工作、岗位、处境不安心、不满意，而又不能正确处理。第三个原因，浮躁出自不能正确对待外界变化。改革开放，现实生活发生了各种变化，心态产生的

不平衡往往表现为浮躁。面临种种刺激诱惑，总是面临一个又一个难以抉择的选择。想不清，想不通，还要想，于是浮躁心态产生就是难免了。

当前，在我们社会中，心浮气躁、轻浮急躁、急功近利这样一种风气在蔓延。有人梦想一夜之间成为暴发户，有人梦想在政治上一步升三个台阶，有人梦想不下功夫就成为学术大腕，急躁，坐不下来，静不下来。

以一个段子来说明一下。这是讲的是文物鉴定专家，但是这里特别声明，并不是讲什么文物鉴定专家，而是通过文物鉴定专家说明在我们社会中存在的一种急躁和急功近利的风气——文物鉴定专家速成秘诀：拿到一件东西，如果分量很“轻”，就判断它是“清”代的；如果发出光亮，就判断它是“明”代的；如果形状是“圆”形的，就是“元”代的；如果不要钱、白“送”，就是“宋”代的；如果用舌头舔一下是发“甜”的，那就是“唐”代的；如果拿手摸一摸是“湿”的，那就是“汉”代的；如果你刚拿到手上，突然杀出两个人跟你“争”，那就是“三国”时代的；如果为此动起手来，那就是战国时代的；如果需要讨价还价，那就是商朝的，这个例子说明，我们这个社会急功近利，轻浮急躁，心浮气躁这样一种风气。

“没意思”心态病毒。人生很悲观、很失落、很消极。什么都无所谓，什么都不想干，什么都想得到，没有责任意识。何谓“没意思”？言称活着没意思，死了也没意思；结婚没意思，不结婚也没意思；干活没意思，闲着也没意思……表现出失意郁闷状态。据说大学校园有句流行语叫“郁闷”：心里不痛快郁闷，考试成绩不好郁闷，家庭贫困郁闷，失恋郁闷等。有人讲，不在郁闷中变态，就在郁闷中恋爱。“没意思”实质就是没有理想，没有热爱，没有激情，没有精神支柱。看破红尘，混日度年，得过且过，破罐破摔，大事干不了，小事不想做。“既没有真正的欢畅，也没有刻骨的悲哀，好似六朝的骈体，虽然珠光宝气，内里却空空洞洞。”一个没有理想、没有信念、没有信仰的人，只能受本能驱使，人生没有明确目标。

解此病毒，首先要唤醒心灵，热爱人生。热爱成就理想，热爱催人奋进，热爱点燃激情。激情不是一个瞬间状态，而是一种文化积淀。要有一种真正的积极

向上的激情，一种永不放弃的精神，一种永不言败的精神。正确看待社会，正确对待人生，多看光明美好的东西，多看充满希望的东西，多看积极向上的东西，始终保持阳光自信向上心态。

嫉妒心态病毒。嫉妒是人类的一种劣性。许多人容忍得了别人的平庸，却不能容忍别人的冒尖。嫉妒者大都是无能的人。有嫉妒心的人，大多是没有出息的人，他们自己没有能力干出成绩，而又希望别人都和自己一样。别人进步了，冒尖了，于是他就不舒服了，只好用找毛病、造流言、泼冷水等各种手段去贬低别人。谁都知道，冤家有对头，但嫉妒不一样，你不用冒犯他，只要跑在前面，他就浑身难受，对你恨得咬牙切齿。

中华民族具有很多传统美德，但也有一些落后的东西，如狭隘守旧，嫉贤妒能；纠缠小事，苟求小节；无事生非，有事起哄；当面表扬，背后捣鬼。

嫉妒的初始阶段是红眼，羡慕中含有嫉恨。嫉妒的高级阶段，是白眼，一个人一旦嫉妒别人到了白眼阶段，痛苦的很，也可怜的很。

心胸狭窄人容易嫉妒人。有人测试过，人在嫉妒人时，体内容易散发出一种毒气，提炼出来，可以毒死一只青蛙。嫉妒无害于人家，反而伤害自己身体。嫉妒与中国文化有关。中国文化博大精深，但也有缺陷一面，与嫉妒有关的是恨能人文化。枪打出头鸟，木秀于林风必摧之。大家齐步走，不让一个阶级兄弟掉队，大家心安理得。谁要冒尖，太出众了可能成为众矢之的。即便你没得罪他，甚至成全了他，他也心存偏见。对干事的人求全责备，对不干事的人可以委曲求全。哪位能人出事了，他不是惋惜，而是幸灾乐祸：我早就知道这家伙不是个好东西，早晚要出事。

有两种现象，越是重点单位，人才济济的地方，矛盾越是尖锐严重；人才作为单个个体，育人名师，为人楷模，但几个这样人搞在一起，可能会马上变得剑拔弩张，势不两立，有的名家学者风度荡然无存。人才工作难度在于此，文人相轻。两种现象都是嫉妒心理折射。现代社会，我们要得到发展提高，必须文人相近、文人相亲，相互学习，相互欣赏。切忌嫉贤妒能，武大郎开店；切忌秋后算账，给人穿小鞋。善于欣赏他人，善于宽容包容，容人、容事、容言。

攀比心态病毒。与他人比较，已成为一种习惯思维方式。比的结果，不可能事事如意，事事顺畅，不满意、不满足、不平衡心态常有。人活得累，一小半源于生存，一大半源于攀比。

一般讲，累有三种。第一种是身累，主要是体力劳累；第二种是脑累，主要是智力累；第三种是心累，主要是心理劳累。这三种累是很不相同的。体力劳动的体累一般是不伤人的，恢复比较容易。智力劳动的脑累，对人的伤害比较大，恢复起来不容易。最怕的是心累。与别人比，赌气、怄气、憋气；同别人攀，寒心、灰心、伤心。对人的伤害最大最深。人们有时说真累，其实就是心累。

当前，物质主义流行，物质多多，诱惑多多，攀比多多。不是比德性，比知识，比精神高尚，而是比穿什么名牌，开什么名车，住什么档次房子。少有人思考人生的目的是什么？精神的位置在哪里？这样的物质攀比，精神缺失非常让人担忧。

现在有些人与大款比收入、比排场、比享受。有的人总认为自己“付出太多、得到太少”，常和有钱人比享受，和高收入者比报酬，和企业家比财富，越比心里越不平衡。内心一失衡，就容易失态。这样的人，即使一时得到满足，也会欲望膨胀、贪心不足；如果得不到满足，往往心生邪念，通过非正常手段谋权谋利。人生在世，得失既要看重，相信“有耕耘才有收获”；更要看淡，懂得“快乐在于过程而不是结果”。这样内心平衡，一心干事，终必有所得，乃至大得。

市场经济拜金逐利，犯不犯错误，犯不犯罪，一念之差，一步之遥，关键在把握住自己。如果与社会上大款比收入比享受比排场，心态就会失衡。滑向腐败深渊的人，往往是从心态失衡开始的。腐化变质是渐进过程。常在河边走就是不湿鞋，常在河边走哪能不湿鞋，既然湿了鞋也得洗洗脚，既然洗了脚还不如洗洗澡。青少年要克服攀比心态，确保“大道”不偏离，“小节”不丧失，不为名利所累，不为物欲所惑，不为人情所困，堂堂正正做人，廉洁自律做事。

因此，保持健康心态，必须克服以上心态病毒。用平平常常的心态、高高

兴兴的情绪，快节奏、高效率多做平平凡凡、实实在在的事。开个大会，喊个口号，掀个高潮，很容易调动起人的激情，但是会议结束了，口号消失了，高潮平息了，平凡的岗位还得一年一年坚守，平常的日子还得一天一天过，平淡的事情还得一件一件做。

保持健康心态，要切实做到以下几点：

第一，要正确对待人生。人生有无数选择，怎样才算有智慧的选择？从内心出发，向人生更远方向看去，而不是被眼前的喧嚣所迷惑，被社会的浮躁所诱惑。人活着有意义、有价值，要做到三有：

人活着要有主见，不要人云亦云。要有自己的生活信念，自己的价值观，不要活在别人的舆论里，不要让别人意见淹没自己的主见。最重要的要有从内心出发的主见和勇气，任何其它东西都是次要的。

人活着要有追求，不要混日度年。要做到三个引领：第一个，要用梦想、价值观引领你的一生；第二个，要用感恩、真诚引领你的一生；第三个，要用执着、乐观引领你的一生。做到这些，人的一生就不会有遗憾。

人活着要有质量，不要好高骛远。生命是一个过程，要体验过程，享受过程，精彩过好每一天，高质量过好每一天。立足现实，把握今天。最重要的事就是做好现在做的事，最重要的人就是现在和你一起做事的人，重要的时间就是现在。

第二，要塑造真正健康的自我形象。真正健康的自我形象，不是取悦他人，也不是追随时尚潮流，而是认识自己、了解自己的内在，知道自己的目标。清楚自己的价值，发现自己的力量和才能，懂得如何接受、控制自己的缺点。

真正健康的自我形象，不是追求完美，而是做到最好。

真正健康的自我形象，不是赢得竞争，也不是与他人攀比，而是尽自己所能。

一个人拥有了真正健康的自我形象，他就拥有了笑对成功与失败的幽默感和比时尚更深刻、更强大的力量。

第三，要保持道德健康。道德是人类有利于个体、群体和全人类以及环境

的现在和将来利益的规范的总和。

欲望膨胀与人的道德观念和价值取向关系密切，如果一个人想要的东西都占有了，就可能放弃了对真、善、美的景仰与追求，甚至会堕落为“纯动物”。爱因斯坦讲过的一句名言：“不管时代的潮流和社会的风尚怎样，人总可以凭着自己高贵的品质，超脱时代和社会，走自己正确的道路。”现在，大家都为了汽车、房子而奔波、追逐、竞争，这是我们这个时代的特征了。但是也还有不少人，他们不追求这些物质的东西，他们追求理想和真理，得到了内心的自由和安宁。

对道德的研究离不开对人类本能的研究。有研究表明，本能有着更深层次的生理和化学机理。本能的实现会使人产生快乐感，被阻止则会使人产生痛苦感。上世纪八十年代，一种被称为“快乐物质”的多巴胺被发现。为此，2000年诺贝尔生理学或医学奖授予了发现和研究这种“快乐物质”的三位科学家。

多巴胺是下丘脑和脑垂体腺体中的一种关键神经递质，它直接影响人们的情绪，通常这种物质含量增加人们就会感到兴奋。科学家发现，人们能想到的各种快乐，不管是食物、性爱、音乐还是鸦片引起的快乐，都是“多巴胺系统”活跃的结果。人们在享受快乐的时候，整个神经回路都会出现大量的多巴胺；当人们期待快乐而大脑又没有分泌足够的多巴胺时，就会产生痛苦感。研究发现，人们的很多不良行为都与多巴胺有关。

2008年1月，美国研究人员在《精神病药理学》杂志发表成果说，攻击行为也会刺激分泌多巴胺，使人感到快感，这就是世界上有那么多暴力行为的一个重要原因。另外，近年来随着网络普及而产生的网瘾与毒瘾一样，都是多巴胺惹的祸。

生物界普遍存在着为群体利益而牺牲自身利益的本能，很多情况下，个体在采取利他行为时也会产生快感。同样，如果个体采取过于不道德的行为，会产生痛苦。研究发现，道德感强的人心态良好，能促进人体分泌更多有益的物质，甚至会出现生理变化，使人体处于更好的状态，增强肌体的抗病力，促进人们健康长寿。而违反道德的人常常会出现紧张、恐惧、内疚等心态，从而引

起神经系统和内分泌系统的紊乱，损害机体健康。

因此，近年来国际上出现了“道德健康”的概念。道德健康的标准是：健康者不以损害他人的利益来满足自己的需要，具有辨别真伪、善恶、美丑、荣辱的能力，能按照社会行为的规范准则来约束及支配自己的思想和行为。

第四，要有良好的自我观念。就是要在内心深处接纳自己、肯定自己、欣赏自己，也就是高兴接受自己。如果一个人对自己认知、了解接纳得很好，就是有明确的自我观念。没有良好的自我观念，人就会变得混乱，不知道自己是谁，也不知道自己未来的方向在哪里，生活无目的、无方向，时常感到彷徨、迷失。心情好的时候，自己觉得了不起，天下没有干不了的事。心情不好的时候，觉得自己笨得不得了，身边谁都比自己聪明，自己什么事都干不了，糟透了，完全否定自己。

良好自我观念主要包括以下内容：

1．自爱。要接纳自己，要爱自己，别人才会爱你，如果一天到晚挑自己的毛病，一天到晚看自己不顺眼，也会挑别人的毛病，也会看别人不顺眼。如果一个人自我矛盾很深，一定会在人际关系中表现出来，心理不平衡，我不好受，也不让你好受。

2．自救。面临困难，面临窘境，一定要千方百计自救，千方百计改变，别人才会帮助你。如果你自己都不改变，别人没法帮助。先自助才会有人帮助你。

3．自信。要培养自信，别人才会相信你。如果对自己不自信，就无法赢得他人信任。这也是培养积极健康心态的方法。接纳自己，肯定自己，欣赏自己不是自恋。自恋与自信是有根本区别的。自恋认为自己什么都好，没有任何缺点，那也是一种心理疾病。而自信是一种自我接纳，可以明白自己的缺点在哪儿，能够接纳它，这是种理性。有首诗写的很好：我不能改变容貌，但能展现笑容；我不能改变天气，但能改变心情；我不能改变风向，但能改变风帆；我不能预备明天，但可以把握今天；我不能控制别人，但可以把握自己；我不能样样顺利，但可以事事尽力；我不能决定生命的长度，但可以创造生命的宽度和厚度。

4．要自知，就是要有自知之明。我们在分析人生百态的时候，你可以回想，有种人牢骚满腹，从来没有满意过，一直到退休也是指手画脚，但是交给他的事又办不好。这种人就是把自己定位定高了，没有那么大的能力又想干那么大的事，到头来一定是一事无成。作为每个人来讲，最可怕的是自己给自己定一个脱离实际的“远大”目标，当你耗费毕生精力去追求一个无法达到的目标时，是一种痛苦，也是对自己人生资源的不负责任和浪费。

这里举一个现实的事例，有一位毕业不久的硕士研究生，曾经为自己的前程描绘了一张宏伟蓝图——就业：进全球500强，月薪8000至10000元之间；住房：北京四环至五环之间，面积要在120至150平方米之间；交通工具：国产高中档轿车……有半年多的时间，这张“蓝图”成了他难以逾越的生活障碍，闹得他无一刻安宁，无一丝笑容，无任何乐趣。后来他的一个同窗好友劝他：“退一步海阔天空：先好歹找一个职业，然后再骑马找马。把买房换成租房，有了积蓄，40岁买房也算迟；至于车嘛，先买台脚踏车代步也不错，又省钱又环保。”他听了好友的劝告，很快就改变了生活状态，往日的一脸阴云，如今已是满面春风了。他感叹道：“说当今的人压力太大，多一半是自己给自己加的压。”

最理想的就是能够客观地把握自己的定位，给自己一个良好的定位，在自己的能力不断发展的过程中，不断提高自己定位水平，这就需要良好的素养，实际上是平和心态，因为他总在一种努力奋争，安心满意的状态下工作。当取得一个成功后，再争取一个新的符合实际的目标，又有一段奋斗、成功、再奋斗，这样的循环一定会是良性的循环，带来的是一种不断发展的状态。

第五，要保持乐观的情绪。快乐使人健康长寿。美国心理学家曾对100多个国家和地区一万多人进行详细调查，发现快乐是人类特有的一种心理感受，和种族、年龄、职业、地位、财富没有内在联系，快乐属于每个人自己。要助人为乐，知足常乐，自得其乐。人生最大的快乐是帮助别人。帮助别人过程可以净化心灵，升华人格。还要自得其乐，就是倒霉的时候，一定要快乐。人生是风水轮流转，月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，十年河东十年河西，没有一个人永远走运，没有一个人永远倒霉。巴尔扎克说过：“苦难是生活最好的老师。”

你现在倒霉，意味着光明就在前面。祸福相依存，苦难是生活最好的老师，所以一个人要保持永远快乐的心情。

何为好心情？就是有好心，还得有好情。好心是爱心、善心、真心。科学研究表明，爱心多，内啡肽释放就多，人体循环得到改善，免疫力提高。爱心使人健康，善心使人美丽，真心使人快乐。好情是友情、亲情、爱情。友情使人宽容，亲情使人温馨，爱情使人幸福。有了这三个心，有了这三种情，你一定有好心情。

乐观积极的心态所具有的力量超过我们想像。有个90多岁的老太太，有人对她进行调查。她做饭，走路，什么都行，状态特好。人问她怎么这样长寿，她就一句话：没心没肺，有说有笑。她吃得并不是太好，吃什么呢？调查半天，最喜欢吃的就是打卤面。我们现在天天研究膳食多少卡路里、胆固醇、饱和脂肪酸、不饱和脂肪酸……都研究透了，心态不注意，吃什么都不行。

有个老寿星，104岁了，她根本不懂什么是合理膳食，更不懂什么叫卡路里。人家问她长寿有什么秘诀，她耳背，听几遍才听清，就大声回答：儿媳妇好！她很聪明，对人总夸儿媳妇好。她知道儿子、女儿不用夸，肯定对自己好。儿媳妇本来也就是个普通人，这样一夸，到最后想对老人不好都不成了。

第六，要敢于承担压力。每个人都要承受压力。我们老说减压，没有压力的人根本就没法活。美国心脏权威塞勒说："没有压力就等于死亡。"我们应该适应压力，利用压力，压力适度是最重要的。

要接受压力。只有接受才能敢于面对。面对压力，不要抱怨，不要回避，不要退缩。

要善于分解。当工作任务压头时，要善于分解，把要做事情分成若干类，重要紧急的事情，重要不紧急的事情，不重要紧急事情，不重要不紧急事情。先易后难，先熟后生，有条不紊，逐一解决。

要寻求协助，要充分相信集体力量，借助同事、朋友资源。一人包打天下事倍功半，得不偿失，自己忙的团团转，别人并不领情。

要学会调整。要认识工作并不是生活的唯一，适当休息调整反而会更加有

效工作。必要加班是可行的，但把加班作为一种生活方式就有问题了。最近研究表明，工作狂也是心态疾病，适度调节减压，也能提高工作效率。要学会自我松弛，经常为自己做心理按摩，就能在一定程度缓解压力。

第七，要心存感激。对我们所拥有的东西，对所处的环境要有一种心存感激的心态。要有一种满足感。人有了一定的社会地位和物质基础，就拥有了半杯水，如果对这半杯水心存感激，那半杯水总是有的。但如果心理不平衡，到最后你会滴水无收，所以对我们拥有的东西要有满足感。

第八，要合理宣泄情绪。高度市场化的发达国家早在治理环境的同时，也开始下力气治理心态污染，想出各种办法帮助人们清除心态病毒。

欧洲喜欢运动排毒，法国人还发明了"精神排毒操"，他们一旦发现自己感染了心态病毒，就去出一身臭汗，将郁结于胸的心态病毒随着汗水排出体外。美国人发现了自己心态带毒，就去玩沙子，将手指脚趾都深深地插入沙子中撩拨，他们认为沙子细软柔滑，可散可聚，无孔不入，能过滤人的心态病毒。日本人的排毒办法是照哈哈镜，看着自己扭曲变形的怪样纵情大笑，以嘲笑自己出气，或者在门框上挂一只皮球，用前额去撞，撞的力量越大，皮球反弹回来的力量就越大，让人从作用力和反作用力相等的原理中受到启发，以期达到平复情绪的目的。我们中国人有一种说法：大声说笑、大块吃肉、大碗喝酒、大气做人，实际也是一种宣泄，精神排毒。

第九，要防治抑郁症。随着生活节奏加快、竞争的日益加剧以及压力舒缓之道的缺乏，使越来越多的人遭受到抑郁症的折磨，也给整个社会经济带来严重的损失。据世界卫生组织调查表明：全球超过1亿人患有抑郁症，其自杀率高达15%。牛顿、达尔文、爱因斯坦、林肯、丘吉尔等人均曾受此病折磨。抑郁症越来越引起社会各界的广泛关注。

抑郁情绪并非一定会导致抑郁症。抑郁情绪是一种很常见的情感成分，人人均可出现，当人们遇到精神压力、生活挫折、痛苦境遇、生老病死、天灾人祸等情况时，理所当然会产生忧郁情绪，有点像"精神感冒"。但是抑郁症则不同，它是一种病理性的抑郁障碍，与遇到挫折没有因果关系。

一般人情绪变化有一定时限性，通过短期的自我调节，能恢复心理平稳。而病理性忧郁症状常持续存在，甚至不经治疗难以自行缓解，症状还会逐渐加重恶化。精神医学规定一般忧郁不应超过两周，如果超过一个月，甚至持续数月或半年以上，则可以肯定是病理性忧郁症状。忧郁情绪程度较轻，而忧郁症程度严重，并且影响患者社会功能的发挥，甚至产生严重的消极、自杀言行。

典型抑郁症症状表现为“晨重夜轻”的变化规律。许多病人常说，每天清晨时心境特别恶劣，痛苦不堪，因而不少病人在此时常有自杀的念头。至下午3~4时以后，患者的心境逐渐转好，到了傍晚，似乎感到不那么压抑了，次晨又陷入病态的难熬时光。抑郁症有持续性顽固性失眠，本能活动能力下降，体重、食欲和性欲下降，全身多处出现难以定位和定性的功能性不适，检查又无异常。

抑郁症的发病原因主要有以下四方面因素：遗传因素，抑郁症带有遗传的倾向，但这种倾向并不是造成抑郁症发病的惟一原因；体质及性格因素；抑郁症发生的基础是脑内一些化学物质代谢紊乱造成的；还有生物学因素和社会心理因素。

抑郁症的防治，主要是心理调整和药物治疗。面对矛盾和冲突，应保持豁达、宽容的心态。追求的目标不要定得过高。不要以过高的期望值来对待人生，对自己的能力必须有正确认识，凡事尽力而为，量力而行。经常保持积极愉快的情绪，遇到不顺心的事情，去主动寻找它积极的一面，就会产生积极向上的情绪。暂时回避，尽量躲开，不接触导致心理困境的外部刺激，如“耳不听心不烦”，就是这个道理。

# 第十二讲　强化问题意识

有一个笑话，国际夏令营问多国学生一个问题。什么问题呢？世界粮食匮乏问题。第一位美国学生：老师，什么叫世界？他认为世界就一个美国。大国主义。第二位，非洲学生：老师，什么叫粮食啊？非洲人经常挨饿，没有粮食吃，不知道什么叫粮食。第三位，欧洲学生：老师，什么叫匮乏啊？欧洲人太富有了，不知道什么叫匮乏。第四位，中国学生：老师，什么叫问题啊？中国学生从来不提问题，他不知道什么叫问题。

现在我们经常说的一句话，培养自己分析问题解决问题能力，很少提培养自己提出问题的能力。分析问题、解决问题重要，发现问题、提出问题更具前提性，也更重要。问题是历史上一切学问的先导，世界上历史上一切知识学问的积累都是因为解答了问题。我们要改变同学们在校期间光学不问或光学少问的习惯。

地球上所有生物中，只有人能提问。问，是人的求知欲最重要的表现。在学校教育中，教师解答学生不懂的问题，是最基本的教育行为。唐朝韩愈把教育的功能和教师的职责归结为传道、授业、解惑，这是很对的。解惑最主要的

方式就是学生提出问题，由教师来解答。如果学生不问、教师不答，教育的基本功能就缺失了。

孔子是举世公认的教育家。《论语》里记录了不少学生提问、孔子解答的实例，而极少有孔子问学生的记录。这不是孔门弟子在编著《论语》时的缺失，而正是孔子的教育有方、学生学得主动的证明。这样的例子历史上还有很多。

看看我们今天的教育。每一个成年人都有多年当学生的经历。回想我们在做学生时，有多少机会向老师提出自己不懂的问题？很少、很少。我们总是在听老师讲，以及老师用口头或书面的方式问我们问题，以考查我们是否记住了老师讲的内容。这正是今天教育的一大弊端。

不是说老师不能问学生，更不是说老师不用给学生系统地讲课，而是说应当给学生充分的提问机会。学习中哪些地方不懂，学生自己最清楚，应当让他们及时提出来，教师给以解答，直至弄懂为止。学生没有充分提问的机会，不懂之处就越积越多，学习越来越困难，最后就会失去学习的信心和兴趣，成为厌学，这就很麻烦了。

提问就是独立思考的表现。教师应当鼓励学生多问，再耐心地解答。给学生充分的机会提问，让他们养成喜欢提问、善于提问的素质。遗憾的是我们做得太不够了。渐渐地不少学生没有了提问的习惯和勇气，甚至不知道怎么提问了。

由学生提出问题能更准确地反映教学效果。青少年学生思想活跃，成见很少，他们提出的问题往往是大人想不到的，聪明的教师可以从中得到启发，获得智慧。真正高明的教师，教出的学生应当是喜问、多问、善问的。

是不是给学生充分提问的机会，表面上看是个施教方法的问题，实质上是教育观念问题。老师讲、学生听和老师问、学生答，很少让学生问，是把学生当做知识的容器，任由教师灌注。培养学生独立思考的能力和创新精神，增强学生一生发展的实力，必定从给他们充分提问的机会开始。

有这样例子，一个美国教育代表团来中国听课。这堂课按照我们标准讲的非常好。但美国人却讲，这堂课都是老师提问学生回答，回答都很正确。但是，

这些问题学生既然都能正确回答了，这堂课还需要吗？为什么你们的课不是学生问老师回答呢？

对这个问题，诺贝尔奖获得者李政道有12个字的名言，他说：求学问，须学问，只求答，非学问。现在同学们什么现状啊？带着问号进校，带着句号出校，带着标准答案出校。对标准答案，老师学生都不敢越雷池一步，这培养不出创新人才。

有一位小学生是四年级，问他一个问题：雪化了变成什么？小学生很认真：考试的话，我就说雪化了变成了水，标准答案。但我从心里想回答：雪化了意味着春天的到来啊。这个意境就很高啊。小学生作文训练缩句，百灵鸟放开嗓子欢快地在歌唱。我们成人一闭眼，百灵鸟在歌唱。不对！为什么不对呢？和标准答案不对。标准答案是鸟在歌唱。你不服气没关系，学生不敢不服气。他不按照标准答案回答拿不到高分，拿不到高分不是好学生，不是好学生升不了高一级的学校。

有个孩子两三年级时很可爱，好奇心很强，什么东西都想问。上小学时班主任总告状，说这孩子上课不听老师讲，问一些莫名奇妙的问题。家长只好对孩子说上课不要乱问问题，老师讲什么，你就听什么，就问什么。后来考试发现成绩不好，老师说他考试乱答。小学语文试题填空，都是填课文。比如一片绿茵茵的草坪，他故意填“一片绿茵茵的草地”。因为他认为草坪和草地是一回事。老师给他打不及格，家长骂他，课本上写什么你就答什么，不准乱想乱答。这样，小学毕业后孩子好奇心比过去少多了。到了中学就更少了。

幼儿园小朋友经常提的问题是，我有两只眼睛，为什么看到东西只有一个；都说地球是圆的，为什么我走到哪里都是平的。

小学生最喜欢提的问题，爸爸妈妈我是从哪里来的。爸爸妈妈很高兴，你是爸爸妈妈生下来的，鼻子像妈妈，眼睛像爸爸。小孩又会问，你们是从哪里来的？爸爸说，我是爷爷奶奶生来的。小学生还会问，爷爷奶奶是从哪里来的？大人不耐烦了，一个巴掌在屁股上拍下去，你自己玩去吧。一个伟大的自然科学家可能就这样被扼杀了。

好奇心是一个人有没有创新能力最基础的条件。一个人如果做什么事情都没有好奇心，不太能有很大的成就。爱因斯坦说他四五岁的时候，父亲给他一个礼物，就是指南针，他看了一下子就有了强烈的兴趣，发现这个针永远都朝一个方向摆动，他觉得这背后肯定有重要的原因，很想搞清楚，这就是好奇心。

有人做过实验，幼儿园黑板和大学黑板上画了一个零。幼儿园小朋友有20多种答案，月亮、太阳、盘子、烧饼等。大学黑板画了一个零。没有一位学生回答，老师只好点名，被点名的学生站起来犹豫了半天说，好像是个零吧。因为从小学、中学到大学，学生认为，任何问题都有标准答案，老师的权威是不可动摇，老师提的任何问题，哪怕是再简单问题，他也不敢贸然回答，他要揣摩老师的答案。

有位高三学生很有数学天赋，任何数学难题难不倒他，但他有个小缺陷，不喜欢繁琐演算，方法对了方程对了，答案往往小错不断，高考差两分没有进大学。家长把他送到国外，这个学生在国外课堂上，经常提出很多问题把老师问得瞠目结舌，老师实在做不出回答了，请全班同学起立，为这位同学能够问倒他而为他鼓掌，这在中国课堂上是极少见的现象。

现在有一种说法很有道理，中国的教育是把有问题的学生教育得没问题，特别是中小学，老师下课的时候总要问句：全懂了吗？学生齐声回答全懂了，没有问题了。老师才放心下课了。国外教育，特别是发达国家教育，恰恰相反，他们是把没问题的学生教育的有问题，学生越是能把老师问倒，越说明你教学成功，年级越高，问题越多，学生越富有创意，越会突发奇想。

西方有一个典型案例，树上有八只鸟，猎人朝树上开了一枪，问问树上还有几只鸟。一般中国学生都这样：老师，没鸟了。如果哪位同学说树上还有鸟，大家都说他是大笨蛋，脑子没有急转弯。国外学生不是异口同声，他是七嘴八舌，一个同学说：老师，树上还有三只鸟，枪声响了三只鸟是聋子没有听见，逻辑合理。

第二个同学说：老师，树上还有七只鸟，打死那只鸟是妻子，她的先生丈夫也在树上，妻子死了丈夫哪能逃之夭夭啊，丈夫平时和另外六只鸟关系相处

也不错，另外六只鸟愿意和丈夫一块为妻子送葬。逻辑也合理。

第三个同学说：老师，树上还有14只鸟，被打死这只鸟长得很漂亮很有魅力，另外树上七只鸟都曾经追求过他，和他有很深感情，都愿意飞到这棵树上，和这棵树上的七只鸟一块和他送葬。逻辑也合理。同样的问题我们的学生就是一个答案，标准答案，同一思维、异口同声，国外学生七嘴八舌、发散思维，多种答案这就是创造性思维。一个好问题比一个好答案应当说更具价值，创造力是没法学的，创造力学习就是给人发表机会、意见、提问题。

在美国一所中文学校里，华裔老师按中文教材《愚公移山》讲了愚公不屈不挠、带领几代人把屋前的大山挖走的故事，说明这种精神多么伟大和了不起。可美国小学生纷纷发言提出不同看法。一个孩子说："愚公为什么不在山中开个隧道呢？那更省事多了。"另一名学生建议："他们把家搬到山那边不就好了吗，何必费那么大的劲？"孩子们你一言，我一语，居然全是质疑，最后还得出结论：移山破坏了自然环境，现在是不允许这样做的。

问题意识是创新能力的基础。创造开始于问题。有了问题才会思考，有了思考，才有解决问题的方法，才能找到独立思路的可能。有问题不一定有创造，但没有问题一定是没有创造。

过去的课堂教学有一个模式：老师提出问题，分析问题，解决问题。最后解决问题。一堂好课的标准是最后把所有问题都解决了。

假如我们的学生在他们走出课堂、走出校门的时候，一个个脑子里都没问题了，都"轻轻松松"走向社会，那我们的民族还有希望吗？我们这个国家近期的危机是没有自主产品。从飞机到数码相机，从制成品到流水线，我们都是进口的，我们远期的危机是我们的孩子没有好奇心。

现在很多家庭摆满了现代化电器，可有多少孩子问一问电视机为什么能显像？电冰箱为什么能制冷？计算机为什么能储存那么多信息？有没有孩子趁家人不在家时拿块砖砸开看一看呢？没有。我们渴望有这样的孩子，渴望有好奇心的孩子。

但孩子的好奇心被扼杀了。举一个例子，假如一个孩子提了一只蚂蚱，问

他的妈妈："妈妈，别人的蚂蚱是8条腿，我这只蚂蚱怎么是6条腿呀？"妈妈回答："你的作业完成了吗？"这个孩子再拿着这只蚂蚱问老师，老师回答："你上次考试是第8名，这一次都13名了"。且不说激发孩子好奇心，保护孩子的好奇心都做不到。

鼓励学生大胆提问，关键我们的教育、我们的老师对学生要有正确看法。这一代青少年学生个性之突出，信息之灵敏，求知欲之旺盛，这是我们所不及的，特别是他们获取新知识的能力要比我们强得多。

十年前有个高考作文，题目"假如记忆被移植"。有位考生是这样写的：以南斯拉夫使馆被炸为背景，以中国三个伟人的态度为线索，构思了这篇作文，被炸后首先去问毛泽东，毛泽东说：人不犯我，我不犯人；人若犯我，我必犯人，坚决打！表现毛泽东的民族气节。第二位问邓小平，邓小平说：韬光养晦、守住阵脚、善于守拙、绝不当头。第三位去问江泽民，江泽民说：君子报仇，十年不晚。高考阅卷老师犯难了。给他打多少分呢？请示了高考委，高考委经过研究，首先肯定这篇作文没有违背四项基本原则，三位伟人性格把握准确，文字流畅，也很切题，应该判给高分！大家想想，这么大历史事件，这么大历史跨度，学生能够在高考有限作文时间，顶多一个小时放进去摆起来，非常不容易，他的东西未必是老师在课堂上讲到的，他自己感悟到的。

因此，我们提出多媒体运用、互联网应用、现代远程教育。学生获取信息知识不仅仅再从你老师那儿、课本那儿、书本那儿，还有多种途径多种渠道。现在这些学生非常聪明。因为他们生活在互联网时代，生活在信息时代。前一段时间看到一个材料，三岁小孩在家里挨打，挨打后跑到里屋打电话，干什么呢？给110报警，三岁小孩有法律意识。五岁小女孩表示长大以后要当国家主席，她母亲听后很高兴："太好了！你当了国家主席我就是皇太后了！"小女孩说："就是将来我当了国家主席，你还是普通老百姓，和你没关系。"平民意识啊！

这几年美国芝加哥大学，连续出诺贝尔奖，有位记者访问了一位物理诺贝尔奖的教授，给他提了个问题：是不是芝大教授很优秀？这位教授回答出人意

料，他说不是芝大教授很优秀，是芝大的学生很优秀。你想一想，当一个教授面对着二十位大胆提问善于提问的学生，他敢有丝毫的懈怠吗？他敢有丝毫偷懒企图吗？他们是小班教学，二十个人一个班。我们想一想，如果这位教授说的是实话的话，我们应当得出一个什么结论——好学生培养了好老师。

因此，我们应该改变观念：一堂能够引发问题的课叫好课，一堂能够因引发难倒老师问题的课，是更好的课。那些常问的学生，是好学生；爱问的学生，更是好学生；问题问得很刁钻很奇特的学生，应当是最好的学生。

美国著名大学斯坦福大学校长卡斯帕尔在北大发表演讲。他演讲中就有这个思想。他有句话，他说，我认为课堂教学最激动时刻是学生对老师说："老师你错了。"今天我们的课堂教学有多少教师喜欢学生这样讲，有多少学生他敢于这样讲。这里当然有文化的差异，也有教学方法的差异。

李政道教授特别欣赏复旦校训"博学而笃志，切问而近思"两句话中的第二个字，"学"和"问"，学问就是学习问问题，而不是学习答问题。钱学森曾与他的导师为一个问题争得面红耳赤，把他的导师气得摔门而出，但第二天，他的导师一进钱学森的办公室就是一鞠躬，说"你是对的"。钱学森不管导师多么权威，仍自信地坚持已见，正体现了"雅典学派"中心人物亚里士多德的一句名言："吾爱吾师，吾更爱真理。"

在耶鲁大学旁边的一所小学，一个8岁男孩举手对正在上课的老师说："你的字拼错了。"老师说："真的吗？让我查一下字典。"学生立刻说："不必查，我保证你错了！"后来，这位老师在全校家长会上表扬了这个学生的自信。创造型人才正是在这样的环境中成长的。

面对知识持续变动的新时代，教师的角色需要调整，教师不再是一个单向传递知识的圣人，而是和学生一起共同学习的伙伴。他引导学生，帮学生打开思路，给学生信心。

提出问题的学习，学生是在矛盾冲突中进行分析的，在那里不会有标准答案：一个高明的问题，第一个想出来的是天才，第二个想出来的是人才，第三个想出来的是什么，每个人都可以想想。

我们现在上课是五十个人听一个人讲，哈佛大学上得是一个人听五十个人讲。智慧是互相拷贝和传递的。哈佛大学把单向的授课变成了思路的激发，从寻找问题答案变成了探索问题的视角。在哈佛课堂上，学生学到的是分析问题的方法。

哈佛大学学生一入校就会一遍又一遍地听到这样的教诲："你们到这里，不是来发财的。你们到这里来，为的是思考，并学会思考！"哈佛大学第25任校长德里克·博克也明确表示：在大学，最明显的需要是停止对传授固定知识的强调，转而强调培养学生不断获取知识和理解知识的能力。这个转变意味着更加强调学术研究的方法，强调论述和演讲以及掌握基本语言的方法，掌握这些方法是获得大量知识的途径。

统筹课上、课下，强调学习过程，是哈佛大学教学显著特征。依据教学计划，教师提前布置讨论题目，学生认真阅读相关资料、深入思考，课堂上学生依据题目展开讨论甚至辩论，答案正确与否并不重要，重要的是结论的思考过程。由于课堂发言占学生考试总分的25%至50%，为了争得发言机会，学生们往往唇枪舌剑，竞辩激烈。要在发言中立于不败之地，必须在课下做好充分准备，正是这种准备与参与的质量，决定了学生的最终成绩。

法国是怎样进行思想政治教育的。有一堂课讨论美国"9.11"事件。上课时，老师自己观点先不讲，而是准备了20种观点材料，分发给学生，表示自己赞成或反对的意见，并说出为什么赞成或反对。老师做最后总结，最好能使学生觉得老师的分析是正确的，而老师的结论出乎我们意料之外。老师的结论是"9.11"恐怖事件的出现，是当代世界不平等的一个必然结果，是对帝国主义行为的一个反映。这个结论使我们觉得他们比我们还马克思主义。

世界本来就是多样的，作为人们认识结果的答案也必然多样。人的认识是渐进的，要求人们用一种答案去认识问题就有可能封闭人的正确认识。学生各有特性，有自己独特视角，标准答案限制了学生独特的个性发展。

有的问题也许是片面的、不成熟的，甚至是偏执的，但却是鲜活的、有旺盛生命力的、能够激发人的潜能的，能够培养学生反省、批判、怀疑、提问、探

索能力的，能够实现教师与学生之间知识与知识、情感与情感、生命与生命的互相碰撞。

再看课堂文化，中国高校的办学理念和美国也有明显差异。在中国的大学讲台上，很少有教授敢讲自己不懂的问题，因为他可能被学生轰下去。很多学生会说，老师怎么自己也不懂，就这样在讲台上讲呢？但在美国，经常可以看到学生和老师一起探讨问题，老师可能会说：这个问题老师也不知道答案，但如果由他自己来解答，会如何简化、找出怎样合理的方法……这样，学生和老师一起讨论、学习，这也是美国学生解决实际问题能力强于中国学生的重要原因。

反观中国学生，可就不一样了。中国学生喜欢在做完了作业后“对一对”：如果答案一样，大家都放心了。而在美国课堂上，更多的题目是开放式的，很多问题没有标准答案，只要若干个答案里面哪个比较好。

强化青少年学生问题意识，关键在于锻炼提出问题能力，要在“敢”和“善”两个字上下功夫。

敢于提出问题。不要怕丢面子，不要怕问题提的不恰当、不对头，遭人取笑。中国人好面子，是一大弱点，必须克服。杨振宁先生的老师泰勒学术思想活跃，好与人讨论，但经常出错，知错就改。杨先生对他非常佩服、尊重，认为：“学术上有那么多思想、简洁，纵然90%是错的，但能有10%是正确的，就是非常了不起。”

善于提出问题。这要看你掌握科学知识的深度和广度。问题提得一要正确，二要恰当，三要及时。正确，就是要抓住科学前沿，能推动科学主流的前进，开拓一个方向，而不是零碎枝节、鸡毛蒜皮，对科学的进展无足轻重。恰当，要求提出的问题是可解的，已经有成熟的理论、方法可供解决的基础，及时，是指要抓住时机，早了，准备不成熟，问题解决不了，晚了，就会错过机会。这也可说是“知己知彼”，要真正掌握是需要长期钻研、经常琢磨的。

创新没有一套固定的方法，最好的创新就是无论在你20岁还是40岁的时候都能保持你两三岁时的那颗童心、那种好奇心，这是最主要的。因为童

年对什么都好奇，都要问是什么和为什么。这种问题就是创新的一种动力。但是人越受教育往往越把那种好奇心消磨掉了。我们应该创造一种环境，使这种创新的原始激情可以产生，可以维持。任何科学的发现不在于你用什么方法，而在于你有没有这种强大的动力，有这种好奇心就是创新的最大动力，有这种动力就要找到合适方法，先有动力后有方法，我们应该激发人这种创造的激情。

# 第十三讲 善于科学思维

青少年要有科学的思维方式。举个例子，爱迪生发明蓄电池失败了一万多次，但爱迪生不说失败，说我找到了一万多种不可行的办法，发明电灯泡灯丝失败了五百多次，爱迪生也不说我失败，我找到了五百多种不可做灯丝的材料。他在哲学思维上就和别人不一样，这就是创新性思维。有时候失败和成功之间，一念之差一步之遥，但有人就是越不过这个界限。

创新性思维是一种复杂的思维活动。它具有首创性、独立性和前瞻性等特点。所谓首创性，就是想前人所未想，想别人所未想；所谓独立性，就是勇于和善于独立思考；所谓前瞻性，就是既能适应现实需要，又能看到未来的发展。

创新是对现有理论与实践的超越，创新精神是一种勇于突破已有认识和做法的强烈意识。创新性思维需要转变思维定势，倡导批判性思维，鼓励怀疑精神和批判精神，尊重和善待新生事物，支持各种新想法、新尝试、新发现、新发明。

据调查，影响青少年学生创造力发挥作用的有四个因素：思维定势、从众心理、崇尚权威、过于严谨。目前，学生创新思维能力较为薄弱，往往只会求同思维，不会求异思维；只会收敛性思维，不会发散性思维；只会被动性思维，

不会自主性思维等。培养创新性思维，应当善于运用各种不同的思维方式，注意培养聚合思维和发散思维，重视直觉和灵感的作用，把形象思维和抽象思维结合起来，善于运用归纳、演绎、推理等多种逻辑思维方式。实践证明，不同的思维方式对于创新具有不同的作用。

首先，发散思维。就同一个问题沿着不同的方向去思考，寻求多种解决方案或在多种解决方案中寻求最佳选择，这是发散思维的作用。体现了思维的开放性、创造性，是事物普遍联系在头脑的反映，其特点是多方面、多思路思考问题。美国耶鲁大学校长理查德·莱文说，教学中不给予学生特定的内容，而是培养他们独立思考、批评思维的能力，严密分析的能力，从不同的视角看问题的能力，这种教育对社会的贡献是最大的。

变通性是发散思维的第一要求。换句话讲，一题有多少答案？美国创造之父吉尔福特有一道非常著名试题："一块红砖有什么用途？"于是同学们进行了"发散"。

比如说学生回答老师，一块红砖能够造房子，造大房子、小房子，造大山。按照当时混凝土浇灌的水平，红砖能够造房子。老师说："你水平太低了。"于是，大家又发散了。一块红砖有什么用呢？

有一个学生说："昨天礼拜天，我爸爸领着我们全家到郊外去。(一般情况下美国人都喜欢吃冷的东西，家里有冰箱)，可是我妈妈肚子不好，不愿意吃冰箱里的东西，我爸爸就找了几块红砖，一把野火点着了，把红砖烤热了，红砖就起了锅的作用。"

老师说："好，你真能发散。"

又一个同学说："我爸爸找锤子钉钉子，找了半天也没有找着，嘿，怎么办，拿起一块红砖，砰砰砰，几下钉子就进去了，就解决问题了，红砖当锤子、榔头使用。"

有一个同学反映更快说："今天早晨我上学，看到一只野狗向我扑来了，我拿起一块红砖向野狗的脑袋砸去，野狗就跑了，红砖头当武器。"

吉尔福特就喜欢这个，一题有多解。

其次，直觉思维。直觉是洞察事物的一种特殊思维活动，是对事物或问题不经过反复思考的一种洞察。心理学研究认为，在思维的过程中，用突然顿悟、突然理解、突然解决问题的思维，是直觉思维。直觉思维具有总体性、瞬间性、顿悟性、直接性的特点。现代思维科学研究认为，直觉是十分重要的思维方式，在人类创造性活动中具有不可忽视的作用。爱因斯坦说："直觉思维是创新性思维的萌芽与基础。"

一个人创造发明很重要的是突然发现的思维，也就是我们常讲的直觉思维。

有一位数学老师，在黑板上出了一道题，他希望学生一个步骤套一个步骤答出来。有一位学生，老师题目出完了，这道题他差不多也就做完了，老师说："你说说你怎么把这道题做出来的？"

学生说："不知道，不会说。"

老师说："你说一说，怎么动了脑筋，一下就举手上来了？"

学生说："不会说，不会说，我也不知道怎么动的脑子。"

老师说："我教给你们那么多方法，你为什么不用别的方法做这道题，而是用这个方法做呢？"

学生急了："我早就告诉你了不知道。就是不知道！"

学生的整个过程叫直觉思维。直觉思维是什么样的思维呢？是知其然而不知其所以然的思维。

过去我们都把理解作为学习的第一要义。只有理解了才算学懂了，才能去做、去实践，否则实践就是盲目的，非理性的。我们做实验，动手操作仪器，首先要熟读说明书。"不懂道理，不能操作"成为戒律。

学习一定要按部就班，没有学懂前一部分内容，不可跳过去学后一部分。这似乎也成为学习的金科玉律。但是，现在的孩子不这样。你看，十来岁的儿童玩起手机、数码相机、MP3，甚至计算机来，一点道理不懂，按电钮、敲键盘，三五下就学会使用了。他从尝试和记忆中感悟到正确的使用程序。这不能不说是一种进步，一种跳跃的学习和思维方法，这就是直觉思维。

什么是直觉？简单说就是当一个人面对复杂事情时，不经过分析推理就能迅

速地抓住问题的关键、并且找到解决办法的这种能力。遇到复杂事情时，他总是很有办法，而且还一找就准，这个人往往说不出道理。实际上是每个人都存在直觉，只不过大多数人没有意识到它，而且应该说我们过去几十年忽略了它，没有认真去研究它更没有去强调它。

2002年12月的《科学美国人》杂志上有一篇科普文章专门讲这个直觉，它讲每个人实际上都有两种能力同时存在。一种是理性就是逻辑推理能力，逻辑就是讲道理，一步一步推；另一种就是直觉。直觉是不讲道理，却在面对复杂问题的时候能迅速地找到办法解决它。

一个直觉的经典说法。日本物理学家汤川秀树，他是日本第一个获得诺贝尔物理奖的。他从小就受中国文化教育，他比较了两种思维方法，写了篇叫《创造力与直觉》文章，认为中国式的思维方法源于老子、庄子和孟子，强调通过直觉认知真理。西方的思维方法，从希腊苏格拉底、柏拉图开始，后来被牛顿和爱因斯坦发展到高峰，强调分析推理思维方法。他说这两种方法其实都有优点，应该互补。汤川秀树讲，很可惜在世界上大家都非常重视西方的分析推理思维方法，忽略了中国先哲的直觉式的方法。

第三，联想思维。联想思维是人从头脑中提取信息的一种跳跃式的检索方式，能够发掘人脑深处信息，扩大创新思考范围。创新和发明离不开联想，联想是创新之母，是思维大厦的基础。创新和发明不是简单的复制，而是高于现实的再造，需要幻想、假设和一切超越现实的联想。创新和创造的每一个细节都源于现实，然而总体构想现实中是没有的。

训练联想思维，关键在于丰富想象力。所谓想象力就是人的大脑在已有表象的基础上创造新形象的能力。研究表明，人不仅能回忆过去感知过的事物的形象，而且能想象出过去从未感知过的事物的形象。正是由于具有想象力，人们才能不断发现新事物、新规律，提出新概念、新理论，创造新知识、新产品，推动实践发展和社会进步。古今中外，许多伟大的科学家、发明家、思想家、艺术家都具有丰富的想象力，许多伟大的科学理论和发明创造都萌芽于想象。波兰天文学家哥白尼在提出“太阳中心说”前，曾想象“太阳坐在宝座上率领着

它周围的行星家族”；德国化学家凯库勒在分子结构理论研究中，把原子设想为一条条头尾相连的环形蛇，并由此提出苯分子的环状结构理论；英国物理学家法拉第想象磁一定能产生电，之后通过9年实验，提出了电磁感应原理，并形成了世界上第一台感应发电机的雏形。而元素周期表、万有引力、场、基因、多维空间等科学理论和科学成果，也都是丰富想象力的结晶。

有一个很有趣故事。一日，爹对儿子说："我想给你找个媳妇。"儿子说："可我想自己找。"爹说："但这个女孩子是比尔·盖茨的女儿！"儿子说："这样可以。"爹又找到比尔·盖茨说："我给你的女儿找个老公。"比尔·盖茨说："不行，我女儿还小！"爹说："可这小伙子是世界银行的副总裁！"比尔·盖茨说："这样，行！"最后，爹找到世界银行总裁说："我给你推荐个副总裁！"总裁说："我有太多副总裁，不必了。"爹说："可这小伙子是比尔·盖茨未来的女婿！"总裁说："这样呀，那请他明天就来上任吧！"

后续的内容则是：儿子娶了盖茨的女儿，当上了世行的副总；盖茨得到了世行的大笔办公软件定单；世行获得了盖茨的大笔存款；老爹成了盖茨的亲家，皆大欢喜。看来这个世界真是很奇妙，不怕做不到，就怕想不到啊！

第四，灵感思维。所谓灵感，是人们在强烈的解决问题欲望支配下，苦苦求学，不得其解，却偶然遇到某种意外的触媒激发，突然获得答案的现象。灵感具有瞬间性、情感性、新颖性和模糊性的特征。接受知识需要理性，科技创新则需要悟性，心有灵犀一点通。

灵感是创造者经过充分的思考和酝酿之后，对百思不得其解的问题突然找到解决的办法，沿此思路付诸实践，获得成功的一种心理现象。心理学研究表明，灵感不仅存在，而且是创造性思维活跃的一种表现。大量史料证明，新的思想火花，有许多是在一种轻松、愉快、无拘无束的情景中产生的。阿基米德在洗澡时发现浮力定律，瓦特在散步时发明改进蒸汽机的关键设备—冷凝器，卢瑟福在自己家中的茶话会上提出原子结构的行星模型。灵感不是凭空而生的，也不是坐等起来的，它是对某一问题长期冥思苦想的结果。

青少年善于科学思维，必须掌握以上科学思维方式，克服或避免传统的、固

有的思维方式。所谓思维方式，是指人们反映事物、思考问题的角度、方法及其特征。科学思维方式，就是要用全面的、发展的、变化的观点看待问题、认识问题，用辩证的、系统的方法观察问题、分析问题。善于科学思维，实质就是创新思维，是对原有思维模式的超越。

创新思维必须打破固有思维方式和思维定势。思维方式一旦形成，它有相对稳定性。也就是说，一个民族在历史长河里形成一种思维模式，它不会今天明天就改变，甚至不会今年明年就改变，它总有一定的稳定性。有两个故事：

第一个故事，在19世纪末叶，一个德国人、一个法国人、一个英国人、一个中国人被判处死刑。当时的死刑不是枪毙，而是用绞架绞死。可是很不巧，那天要判死刑的时候，绞架坏了，因此法官宣布推迟一天执行死刑。这四种人：在他生命的最后24小时，有什么愿望？是如何度过的？

先讲英国人。英国人打电话给家里，说："你把我最喜欢喝的威士忌酒、最喜欢穿的燕尾服、最喜欢带的拐杖以及帽子和皮鞋拿来。"生命最后的24小时，家里人当然全满足他，家里把他平常喜欢的东西都给他。然后他就右手拿着威士忌酒瓶，左手拿着stick（拐杖），踱方步，走来走去。他觉得生命的最后24小时应该仍然享受gentleman（绅士）的生活。

法国人给家里打电话，"请你把我抽屉里的电话本，新的老的统统拿来。"然后家里人根据他的意思，在抽屉里找出来，把新的旧的电话本拿来。拿来以后，法国人就给他巴黎的情人、马赛的情人、里昂的情人打电话。法国人感到他的生命的最后24小时，要过Romantic（浪漫）的生活。

德国人给家里打电话，"请你把我车库后边的工具箱拿来。"这个德国人提了这个工具箱，敲开了法官的办公室大门，说："法官大人，请允许我把绞架修一修。"表现德国人中规中矩，认真严谨做事的生活。

中国人在法官宣布推迟一天的第一时间段就逃跑了，找不到了。

第二个故事。有一次，从法兰克福到柏林的火车包厢上，有四个位置。中途上来了一个人，拿着一个鱼缸，把这鱼缸在桌上一放。过了五分钟，德国人就开始问——请注意，差别都在这问的方式上："请问这位先生，你这个鱼缸里

的鱼在生物学上应该怎么归类？它生物上有些什么特点？怎么来解释这些不同的特点？”这是德国人的提问。日本人提问：“先生，这个鱼我要引进到日本去，使它繁殖得又快又好，水温、饲料要注意些什么？”然后就轮到中国人：“先生，这个鱼是红烧还是清蒸好吃？”

这些故事可能都是说明：一种思维方式一旦形成之后，容易形成思维定势。它有一定的稳定性。科学思维就是要超越陈规，开拓进取，突破思维定势，求实求真、能动创造、辩证系统思考问题、研究问题。

# 第十四讲　锻造创业精神

首先，我们要了解国内外就业创业教育现状。国外情况。国外创业教育开始于发达国家。尤其是在美国，创业教育深受重视，至今已有60余年历史。1947年，哈佛大学商学院率先开设了《新创业管理》的创业课程。1949年，斯坦福大学开始进行创新创业教育。1967年，百森商学院开设创业课程，目前该校在全球创业教育领域排名第一。

发达国家的创新创业教育具有六个特点：一是注重培养学生的创新创业意识；二是开发系列课程；三是将创新创业教育分类化；四是注重通过模拟使学生获得创业的感性体验；五是创新创业教育以厚实的学术研究为支持；六是创业教育直接诱发师生的创新创业活动。

我国创业教育正式启动于2002年。当年，教育部确定清华大学等9所高校为创业教育试点院校。这些高校都已建立了创业研究中心。目前，国内创业教育的主要问题：一是创业教育的学科地位边缘化；二是课程的体系化程度较低；三是支持教学的创业学术研究有待系统和深化。

我国大学生创业比例比较低，不到毕业生总数的1%，而发达国家一般占

20%~30%。在我国自主创业的大学生中，很少有人把创业作为一种理想的职业来选择。大学生对创业冲动多、行动少，就业、考研依然是大学生毕业后的首选，许多大学生自主创业往往是就业压力下的被动选择。自主创新的意识淡薄。

从山东情况看，从高校毕业生就业工作情况看，2009年，山东高校有46.5万高校毕业生，其中非师范类毕业生42.1万人，总量居全国前列。在消化往届毕业生就业压力的同时，截止到2009年9月1日，全省已有33.49万非师范类高校毕业生落实就业去向，总体就业率为79.8%。尽管面对严峻的就业形势，高校学生能够理性认识和面对就业困难，合理定位职业选择。相当一部分学生认为国际金融危机“使得当代高校学生的就业心态趋于成熟与理智，使得高校学生对当前社会现实和自身定位的认识更加合理和真实”。高校学生总体上保持着积极、乐观的就业心态。虽然有92.5%的高校学生感到了目前高校毕业生的就业压力大，但很多学生表示，“就业形势虽然严峻，但只要主动转变就业观念，调整就业期望值，在对就业与择业的认识上，改变‘一步到位、终生不变’的观念，是可以找到工作的”。“年轻没有失败，我有我的精彩。”

尤其可贵的是，高校学生对自身存在的问题也有非常客观的认识，认为“毕业生的就业期望值过高”、“毕业生能力有欠缺，不能满足社会的需求”。关于如何更好地实现就业，高校学生更多从提高自身素质和能力出发，认为要通过参加社会实践和专业实习，开阔视野，提高实践能力；要努力学习，夯实专业基础，提高专业技能；要调整就业预期，树立正确的就业观、成才观和价值观；要做好职业生涯规划。

锻造创业精神，首先要树立创业教育理念。1999年，世界高等教育大会发表的《21世纪世界高等教育宣言》，提出了一个崭新的教育思想，即大学毕业生不仅是工作岗位的求职者，更是工作岗位的创造者。这就需要转变教育观念，加强学生创业能力和吃苦精神的教育，培养学生进取性精神品质，如：勇敢、果断、坚韧性、自制力、竞争性、冒险精神、抗挫能力等。平地的山羊，放牧在田边路旁，颈上系着一条绳子，活动天地限制在一个桩头的周围，只有足履平地的憨态，从未有攀登山崖的绝技。而三峡绝壁上的山羊，正是有了这山如斧

削的活动天地，才使它们练就了在山崖间蹦跳自如的特长。

创业精神教育的前提在于创业能力的培养。“创业”能力也被译作“自我谋生”的能力。当前，由于人口激增，就业压力越来越大。国际劳工组织1998年的就业报告估计：在全世界30亿劳动力中，有25%到30%的人未完全就业，约有1.4亿人失业。1998年底又有1000万人加入到失业大军中来，主要是由于东南亚经济危机大规模劳动力失业的结果。在这种环境下，劳动力的质量成为企业和经济竞争力的决定性因素。为了适应21世纪新的挑战和变革的需求，教育和培训过程必须包括创业能力，这种能力无论对工资形式就业还是自我谋职都同等重要。

创业能力作为一种核心能力，必须通过普通教育和技术与职业教育来培养，这种能力对个人在各种工作领域激发创造力和革新性至关重要。

目前，国外重视创业教育。迄今，世界很多国家在不同程度上进行了就业创业教育的探索。美国是较早在学校进行创业教育的国家，从小学、初中、高中、大学乃至研究生，都普遍开始就业与创业教育课程。他们在基础教育中进行的就业创业教育主要以提高职业兴趣为目标，除了开设创业课程外，还按个人的兴趣自行学习某些职业技术技能。到了高中阶段，每人必修10个学分的职业教育课程。美国的媒体曾以《身处校园他们已经是首席执行官》为题，报道了美国中小学生的创业活动。他们利用课余时间开办的大部分企业属于高技术领域，为其日后的创业奠定了良好的基础。比尔·盖茨能成功创办微软公司，与他在中学时就曾与他人合作开办过一家软件公司有直接关系。面对创业者日益年轻化的浪潮，美国从1998年1月开始实施《金融扫盲2002年计划》，向中学生普及金融、投资、理财、营销、商务等方面的“超前教育”，积极培养“未来的经理人”。

2000年以来，法国的一些地区已经开始了诸如“在中学里办企业”、“教中学生办企业”等许多活动。活动的目的并不一定要办企业，而是让学生继续学业的同时，做好职业选择与就业工作的心理准备，培养他们探索创业的兴趣和能力。

印度在1966年就曾经提出“自我就业教育”的概念，鼓励学生毕业后自谋生路，使他们“不仅是求职者，还应该是工作机会的创造者”。这一培养目标在80年代再次引起印度社会的重视，印度政府1986年的国家《国家教育政策》中明确要求培养学生“自我就业所需的态度、知识和技能”。

美国南部一些州立学校为培养学生独立生存和社会适应能力，特别规定：“学生必须不带分文，独立谋生一周，方能予以毕业。”条件似乎苛刻，但却使学生们获益匪浅。家长对这项活动全力支持，没有一个“拖后腿”、“走后门”、“搞小动作”的。

美国的中学生有句口号：“要花钱，自己挣。”美国孩子不管家里有多么富有，12岁以后都会帮着邻居或父母剪草、送报，赚取零用钱。14岁的詹妮每周六要去餐馆打工，母亲告诉她，你完全可以在家里帮妈妈干活，照样可以领取工资。但詹妮觉得在家赚自己母亲的钱不是本事，她一定要去外边赚钱来表示自己有自立的能力。

在德国，有明确的法律规定：6—10岁的孩子要帮助父母洗餐具，收拾房间，到商店里买东西；10—14岁的孩子要在花园里劳动，给全家人擦皮鞋；14—16岁的孩子要完成每周一次的房间大扫除。如果孩子不自觉执行，父母有权通知有关部门，地方政府将派专门的执法人员监督孩子执行法律条例。

中国有位访问学者住在慕尼黑房东的家里，每天都能看到他们的孩子是怎样一丝不苟地执行法律的规定。你很难想像，房东里楼梯的铁质围栏都是孩子业余时间的手工活儿。难怪德国人能造出宝马、奔驰这样的世界品牌。父母们对孩子的教育非常严谨，绝没有半点儿庇护。即便是因为生病不能做家务，也必须给父母一个正式的书面说明。

德国家长从不包办代替孩子的事情。法律还规定，孩子到14岁就要在家里承担一些义务，如给家人擦皮鞋等。这样做，不仅是为了培养孩子的劳动能力，也有利于培养孩子的社会义务感。德国规定，不管家庭多么富有，初中毕业的女孩子都要到一家有教养的人家做佣人，上午学习，下午劳动，从小给学生提供吃苦的经历，培养创业精神。

日本教育孩子有句名言：除了阳光和空气是大自然的赐予，其他一切都要通过劳动获得。许多日本学生在课余时间外出劳动挣钱，大学生中勤工俭学非常普遍。他们靠在饭店端盘子、洗碗，在商店售货，在养老院照顾老人，做家庭教师等来赚取自己的学费。在孩子很小的时候，父母就给他们灌输一种思想："不给别人添麻烦。"全家外出旅游，不论多么小的孩子都要无一例外地背上一个小背包。别人问为什么，父母说："自己的东西应该自己背。"

从1998年起，文部省就和通产省合作在小学开始实施"就业与创业教育"。日本小学课前有个"早起会"，敦促孩子们很早起来，利用早上上课前的两三个小时给人送报纸、送餐饮，搞勤工俭学，这既是艰辛的创业教育，又是对将来创业的一种准备和尝试，目的是培养孩子从小养成就业创业的心理意识和意志品质。

加拿大为了培养孩子在未来社会的生存能力，家长会有意识地训练孩子学会独立生活。在加拿大一个记者家中，两个上小学的孩子每天早上要去给各家各户送报纸。看着孩子兴致勃勃地分发报纸，那位当记者的父亲感到很自豪："分这么多报纸不容易，很早就得起床，无论刮风下雨都要去送，可孩子们从来没有耽误过。"

青少年学创业必须培养刻苦精神。苦难是一所学校，吃苦的经历是一笔不可多得、取之不尽的财富。物质贫困并不可怕，可怕的是精神贫困。物质贫困可以改变一个人的生存状态，也可以创造无比巨大的精神财富。只要自强不息，人生足迹肯定会掷地有声，真正实现人生价值。

创业精神很大程度上是一个意志品质问题。意志品质好的人，生活有目标，在朝着目标努力的过程中能战胜困难，达到目的。意志品质不好的人，也就是常说的意志品质比较薄弱、比较脆弱、比较松散的人，就可能在迈向目标的过程中遇到困难绕着走。

陈景润对基础知识下的功夫很深，像老工人熟悉机器零件一样熟悉它们，因此可以像老工人把零件组装机器那样熟练地用它们写出数学定理，组装成数学公式，完成数学实验。陈景润说过，做研究就像登山，很多人沿着一条山路

爬上去，到了最高点，就满足了，而他要常常试着找9－10条山路，然后比较哪条山路爬得最高。凡是别人走过的路，他都试过了，所以他知道每条路能爬多高。

有一位花农讲，清晨买莲花一定要挑那些盛开的。为什么?道理很简单、也很质朴，他的结论是："早上是莲花开放最好的时间，如果一朵莲花早上不开，可能中午和晚上都开不了。我们看人也是一样，人在年轻的时候没有志气，中年或晚年就难有志气了。"我想，人的成长也是这样，就是人们通常说的"三岁看大，七岁看老"吧！一个人的秉性在他的孩童时代就形成了，一个人的学习习惯在他的学生时代就养成了，一个人的学术水平也在他读博士期间达到相当的水平。千万不要把自己的希望寄托于将来，而要从眼下的努力和改变做起。"少壮不努力，老大徒伤悲"讲的就是这个道理。

20世纪20年代，美国著名的心理学家谢尔斯和特尔曼曾对1000名小学生做智商测试，他们对智商较高的天才儿童建立心理档案，跟踪50年，观察聪明的智商是不是给了他们成功的保证。50年后，1970年，他们发表了研究结果，发现这些超常儿童事业上有很大差距。有些人非常成功，有艺术家、思想家、哲学家、科学家、大企业家，但也有些人一事无成，平平庸庸。究竟是什么原因影响了他们的成功？后来又做了一次测试，看看这些20年代的聪明儿童现在智商究竟怎样。测试结果，高成就组的，低成就组的，没有明显差别，智商人都很高，现在依然聪明。但是他们成长道路上有的人成功，有的人不成功，说明聪明不是唯一条件。最终研究的结果落在了意志品质上。那些所谓的低成就组的人就是意志品质较差，认准了方向可以做，但遇到困难就害怕，就逃避，遇到失败就放弃。而那些认准目标、坚定不移而百折不挠意志走下去的人，最终尝到了成功的喜悦。

每个人都渴望成就，都希望人生辉煌。尤其是青少年对未来充满希望，这是可以理解的。但是要有人生的辉煌，要从今天做起，所以一定要艰苦奋斗。我们的学校除了对青少年培养知识以外，学校还应该培养青少年的意志，培养青少年各种各样的承受能力。青少年也要有意识地磨炼自己的意志，培养自己的

吃苦精神。

有一个材料，江苏民营企业家夏春亚，拥有资产已超过10亿元。他有段话讲的很好："失败不可怕，就怕失去心理的支撑。经历告诉我磨难不可怕。艰苦是黄金，蹉跎是财富。所以，即使有一天我的有形资产荡然无存，只要精神没能垮掉，就依然会拥有很多财富，不会失去一切。"

韩国大宇集团在世界最大500名企业排名在52位。创业仅28年，总资产已达500亿美元。有人问大宇集团总裁金宇中成功秘诀，金宇中回答说："我一周工作7天，一天工作14个小时，直到把所有的事情都处理完为止。除了工作，我几乎舍去了一起。说起成功秘诀的话，我的经验一句话，要干出一番事业，就要拼搏。"

现在我国知青一代都五六十岁了，他们非常怀念农村的一段吃苦经历。他们说，他们比他们的父辈更懂得社会，特别是社会底层；他们比他们的后来者更能吃苦，更懂得生活。他们中有的讲，有上山下乡的经历垫底，什么困难也全都微不足道了。吃苦是一笔财富。我们在现代条件下，进行吃苦的锻炼是人生的取之不尽用之不竭的一种财富。作为21世纪的青少年一代，应该很好地进行吃苦锻炼。

# 第十五讲　发展创造个性

什么叫个性？简单说人的天赋，一般表现为兴趣、爱好、特长。没有个性就没有人才，没有创造性。青少年在校期间，应当发掘自己的天赋，发展自己的兴趣、爱好、特长。介绍一个著名的教育理论，你掌握了以后，对自己的成才、发展很有帮助。这个理论，就是世界著名心理学家加德纳提出的多元智慧理论。很著名，说来说去，有两个基本的观点。第一个观点：不要说哪个学生聪明，要说哪个学生在哪个方面聪明，不要简单地把学生排队成聪明不聪明，每个学生都有成才的潜质可能，每个学生在某各方面我都可以当第一。

第二个观点，人的大脑是分区域的，主要是八个区域，八种智能，有的区管逻辑思维，有的区管艺术思维，还有的区管运动思维，还有的区管人际关系、自我认知等等。他的观点是，在全面开发这八个区域八种智能的基础上，你哪个区域发达，哪种智能强势、强项，你就重点去发展哪个区域，哪种智能。

每个人都有自己的天赋，不同的人的天赋是不同的，天赋是有差异性的，千差万别。美国哈佛大学教授加德纳的多元智能理论，对我们认识“天赋”有一定的启发。多元智能理论认为人的智能至少由8个方面组成：语文智能、音乐

智能、逻辑－数学智能、空间智能、肢体－运动智能、人际智能、内省智能、自然观察智能。这8各方面的智能不是等同的、单一状态的，而是不平衡的综合状态的。每个人的天赋不同，他们的智能结构都有各自的独特之处，有的人这些方面的智能突出些，有的人那些方面的智能突出些。有的人语文智能、人际智能、内省智能突出些，表达能力、思考能力和交际能力就比较弱，搞写作、管理、攻关、外交等就容易出成绩；有的人逻辑—数学智能突出，运用数学和推理的能力就比较强，学数学就很有天才；有的人自然观察智能也很突出，就不仅可以数学学得不错，还对周围环境中的种种事物有辨析能力，有好奇心，就这具有从事科学工作的素质了，搞生物、地质、物理、化学就有成功的希望；有的人读书不行，但音乐智能很突出，乐感好可以搞音乐；空间智能很突出，对视觉和空间性的信息感知和表现的能力很强，就可能成为画家；肢体—运作智能很突出，用肢体表达想法与感觉，处理事物的能力很强，从事舞蹈和体育动作就是有利条件了。

最典型例子，中国残疾人艺术团，弱智青年指挥舟舟，智商三十多，生活能力相当于三岁儿童，走向舞台中央，需要有人引导，一旦占据舞台中央，任何复杂交响乐曲，他都可以指挥自如，被称为“舟舟现象”。用多元智慧理论解释舟舟现象，就很有道理，舟舟这八种智能中，艺术智能最为发达，其他智能都是低能，也无损舟舟是一个出色的指挥家。这就说明每个人智商都有强项，只要发挥出来，他就是人才。贝多芬不会因为打拳打不过阿里而感到自卑，他为全世界创造了很多美妙音乐，同样阿里也不会因为创造不出第九交响乐曲而感到自卑，他的价值在拳头。

我们每个人，应当用多元智慧理论重新认识自己，自己智能中肯定有一项，它是你的强项，要清楚自己属于哪一种类型，自己还有哪些潜能没有得到充分发挥，从而科学认识自己、定位自己。彭丽媛、巩俐都是我们的山东老乡，在中学学习成绩并不理想，考大学也是屡次名落孙山，最后选择了文艺事业，她们智能中的最强项，取得了巨大成功。不难设想，非要让姚明、刘翔去参加数理化竞赛，不仅不能取得名次，反而会使我国失去两位最优秀的运动员。

以一代大师郭沫若为例，四川乐山郭沫若故居保存着两张郭老在读中学时成绩报告单。从两张成绩单上的成绩看，郭沫若当时显然算不上优等生。第一张成绩单平均成绩79分，包括国文、图画在内的3门功课不及格，最差的仅35分。第二张成绩单上，图画、习字的成绩也很一般，倒是理科成绩如几何、代数、生理等比较优秀。不过，郭老后来没有成为数学家或医学教授，却成了大诗人、大书法家、大考古学家。

如果郭沫若在今天上中学，这样的成绩是很难考进大学的，即使考上了，家长和学校也一定要他上理科，像郭老这棵大师苗子肯定会被“善意”扼杀了。

生物学告诉我们，个性化是人类进化过程中的基本因素，自然选择中形成的某种个性是基因变异决定的。由遗传变异而形成的个性加速了生物的进化。统计资料表明，世界每一万人中会有一个古怪的人，每一万五千人中会有一个彻头彻尾的“怪人”。

英国《精神病理学研究成果》，涉及人类历史上很有影响的各学科领域300个人物。研究发现，天才和精神病恰如一对亲生兄弟，天才中多有精神躁郁症。政治家中有17%，科学家中有18%，思想家中有26%，作曲家中有31%，画家中有37%，小说家中有46%。

历史上很多作出划时代贡献的发明家往往是“怪人”，他们怪异的性格可能成为他们脱颖而出的砝码。像牛顿、伽利略、富兰克林、开普勒、达尔文等科学巨匠，都是独立特行的“怪人”。达尔文上学时，所有老师和长辈都认为他资质平庸，与聪明沾不上边。罗丹在父亲眼里是“白痴”，在老师眼里智商很低，考了三次艺术院校也没考进。爱因斯坦四岁才说话，老师评语是“反应迟钝、不合理、满脑子不切实际的幻想”。我们的学校教育，应当在德、智、体、美全面发展的基础上尊重个性，照顾特点，发展天赋；应当在基本合格的前提下，培育特长，提携优秀，鼓励拔尖。

在清华、北大的历史上，有过很多不拘一格人才的佳话。在当时的高考中，吴宓数学得0分，钱钟书数学得15分，仍被破格录取，他们后来都成了学术大师；大诗人臧克家当年考山东大学，数学0分，语文98分，按照现在标准，他

肯定考不上。

臧克家高中数学没学，高考数学得了零分。可是，他的三句杂感：人生永远追逐着幻光，但谁把幻光看作幻光，谁便沉入了无底的苦海。得到了山大文学院院长主考老师闻一多的赏识。评分极严的闻先生，给这三句杂感打了高分，并破格录取了他。正像臧克家所说，闻先生从三句杂感中发现了我，欣赏了我，给了我全体考生语文的最高分——98分，使我这个数学吃了鸭蛋的考生被山大录取了。

华罗庚是一名只有初中文化程度的工人，却被破格聘到清华做了老师，后来成了中国著名的数学家；梁漱溟只有中学文凭，没有考进北大，却被蔡元培聘入北大当了教授；陈寅恪（QUE）在国外求学14年，辗转于日本、德国、瑞士、法国、美国的多所大学，涉猎百科，掌握了20多种外语，然而却没有拿到任何文凭、学位，后来被中外多所大学聘用，成为现代中国一位学贯中西、博古通今、博学卓知的大师。学校育人不但要讲究合格，而且要敢于破格。我们的大学不能因为讲规范而走向僵化，讲全面而助长平庸，讲合格而抹煞天才。我们讲的全面发展，应当是德、智、体、美全面发展，而不是各科学业都全面优秀。要求一个学生数学、物理、化学、语文、外语、历史门门功课都很出色，这怎么可能呢？

在当今社会，工业化、标准化、流水线式的生产模式也会反映到人才培养中来，这就是忽视特点，磨灭个性，按照统一的格式选人。它的优点是可以保证合格率，而它的弊端就是把某些特殊人才、杰出人才当作不合格产品淘汰了。

人无个性必平庸。个性越强，越能出类拔萃，取得成功。如果求全，只能助长平庸，抹煞卓越，埋没人才。一个人能在某一领域做出突出贡献，即便其它方面差一些，这个人就是有价值的人。许多对人类作出突出贡献的人，可能在其它方面并不高明，甚至是低能的，这丝毫也无损其伟大。如果在人才培养上只着力于补短，就必然没有时间去扬长。扼长补短，人才就会被扼杀。个性发展是全面发展的核心，没有个性发展的全面发展很难说是全面发展，全面发展是个性发展的基础，没有全面发展的个性发展可能是一种畸形发展。我们要

在全面发展的前提下鼓励创新，在合格达标的基础上支持冒尖，在规范要求的同时发展个性。

2007年美国著名的盖洛普公司对世界近三十年最优秀人士，搞了一个系统研究，他们发现这些最优秀人士获取最优秀成绩的主要原因，来自于他们职业上充分发挥他们天赋的能力。该公司提交一个研究报告，有四个观点非常好：第一，每个人都有天赋，只不过摆错了地方或者没有努力挖掘出来；第二，每个人的天赋都是持久而独特的；第三，只要找到自我天赋，并把它在正确地方发挥出来，你我都是快乐天才；第四，每个人最大成长空间在于它最擅长领域。陈景润，厦门大学数学系毕业后分到中学教书，不善言辞、不善表达，是一个不合格中学教师，表达是他的弱项，不是他的智能强项，后来调到中科院数学所把他的智能强项思辨发挥到极大值，终于成为杰出数学家。

诺贝尔奖获得者丁肇中回山东老家，到山东大学访问，山大学生问他成功秘诀，他说，我原来是学机械工程的，可我总看不懂机械图，迫不得已改学了物理。后来我想人应当按照兴趣做事，根据专家研究人按兴趣做事可以发挥潜能80%—90%，注意力高度集中，长时间不疲劳，注意力高度集中。人不按兴趣做事，只能发挥潜能20%—30%，短时间筋疲力尽。

兴趣是一种强大的精神力量，它可以使人集中精力，获取知识。当一个人对某一事物有兴趣时，就会对它产生特别的注意力，表现出感知敏锐，记记牢固、思维活跃、情感深厚，意志坚强。即使困难重重也绝不灰心丧气，而能百折不挠克服它。可以讲，你喜欢做的事，往往正是你的天赋之所在，你的事业之所在。美国曾对2000多名著名科学家进行调查，发现他们中间很少有人为谋生而工作，而大多出于对某一领域问题的强烈兴趣，从而不计名利报酬，忘我工作，他们的成功，与他们的兴趣紧密联系在一起。相反，“牛不喝水强按头”是不会取得好效果的，当然也不可能充分发挥人的天赋，充分发挥人的聪明才智。

如何培养兴趣？有一种不错的方法，这就是在“兴奋点”中形成自己的“兴趣点”。兴奋是情绪的、激动的，兴趣是知性的、冷静的；兴奋是浅表的、短暂的，兴趣是智慧的、投入的。然而，兴奋是兴趣的前奏，兴趣是兴奋的升华。

兴趣是最好的老师，兴趣是成功的起点。如果你正为自己缺乏专业兴趣而苦恼，那么你就应当在课堂上、在阅读中、在与老师和同学的交流中，努力注意捕捉自己兴奋点，进而将其升华为自己的兴趣点。

我们都有体会，对于你愿学的东西、感兴趣的东西你会调动所有感官一块去学，会学的最快，学得最好。由此得出一个结论：人的兴趣所在，正是他的天赋所在，也正是他将来的事业所在。为什么这样说呢？从理论上讲每个人的天赋、能力性质是基本确定的。因此，这个世界上必定有一种最适合他的事业，一个最适合他的领域。当然，在实践中他能否找到这个领域、从事这个事业不免会受到客观条件制约，但是自己应当有种自觉，尽快缩短寻找的过程。

每个人的天赋能力是不一样的，有的人适合从事这方面的事，而有的人就不适合，这是老天安排好的，人的天赋、能力、性格是命里注定的，但好多人可能没发现自己的能力、天赋到底在哪里。人能发现自己的天赋、能力这是一种幸运。如果做一件事本身能让你感到快乐，那么就说明你的天赋能力就在这里。当总结已经过去20世纪的时候，世界一些资深心理学家这样讲，我们20世纪最大的恐怖不是地震，不是连年的战争，甚至不是原子弹投向日本的广岛，而是千千万万的人活着然后死去，却从没认识到他们身上存在着巨大的天赋、潜能。

现在学生高考上大学选志愿，选志愿是家长帮着学生选，这个专业是不是学生感兴趣的全然不顾，考上大学就行；学生毕业后找工作，家长帮着学生找工作，这个工作领域是不是适合这个学生，全然不顾，就业就行。这种做法乃至这种思想不知耽误了多少人的发展，说极端点儿，这也是中国今天天才极少的原因所在。

因此，我们的教育应该改变这种大家齐步走，不让一个兄弟姐妹掉队的这种教育思想、教育模式。我国某著名大学校长讲，我们这个大学来的大多是全国文理科状元，四年下来后，发现学生就像工厂里的生产线、工艺线制造出来的通用件、标准件一样，学生千人一面，没有个性，担心培养质量。

有一个非常有趣的寓言故事，动物界为了应付日益变化的世界办了一所学

校，训练的科目是跑、爬、跳、游泳、飞行，第一位是鸭子，鸭子游泳成绩优秀，飞行勉强及格，跑步脚掌磨破了也没及格；第二位是兔子，兔子跑得最快，但一上游泳课痛苦万分，老师说这好办，游泳是弱项，跑步是强项，你专门去练游泳吧！学期毕业时候，样样功课学得马马虎虎，但总成绩加起来第一的泥鳅同学做了典型代表作了典型发言。

类似故事正在我们学校上演，不少学生面临鸭子的困惑，不少学生面临兔子的尴尬，是不是我们学校也在鼓励泥鳅这样的学生，他没有特长，只是考试考得好、成绩好、知识学得好。

这里有个教育模式问题。传统教育是塑造教育，按照一种固定的模具，把学生放到模具中，然后出来的就是规格相同的批量人才。现代教育是成长教育，尊重学生主体，在一定条件下，让学生主动成长。

我国传统教育理念的源头是塑造教育。国家按照统一标准来塑造学校，导致了“千校一面”，各个学校又按照统一要求塑造学生，导致了“万人一格”；学生家长按照自己的价值观塑造子女，要求他们成龙、成凤，使他们丧失了主动性；中小学校长班主任按照提高升学率要求学生，对学生越俎代庖，使他们丧失了选择性。塑造教育这个观念已经渗透到一切领域，成为教学管理的指导思想，它制约了青少年的思维和行为。

西方国家和中国完全不同。他们主张成长教育，所谓成长是指一切有生命的个体，在一定条件下，任其自由生长，幼小向着成熟的方向发展。在西方国家，家长对孩子的教育是开明的，是顺应自然发展的，他们几乎从不干预孩子的兴趣，更不会强迫孩子应当做什么或不该做什么。到了中学和大学，学生选择什么学校，学习什么专业，什么时刻毕业，从事什么样的职业，都是由学生自己选择做出决定，没有什么人可以干预他们的自由选择。

现在有的家长甚至从小学就开始为孩子规划就业了。其实，就业的选择偶然性很大的。单纯用就业观来教育学生，是非常功利、近视的，也会损害家长自己的利益。我们应该给孩子创造一个自主、生动、活泼的生长环境。

创新是人的创新，人只有在生命的自由状态下才能富有创造性。生命具有

向上的本能。在自由状态下创新是一种“自觉”行为。我们的学生在学校里考虑的大多是就业出国，这种更实际的问题，缺少一种深沉的文化承担和高远的人生思考。我们要有这样的信念：一个好的社会，只要孩子是好人，只要有能力，社会一定会给他机会。把孩子培养成有能力的好人，他就一定会有机会。

创新未必是全能冠军，往往是单项冠军。我们教育制度的设计，应该呵护学生个性发展，激发学生创造天性，通过不断改进学生评价体系和评优激励机制，切实改善学生发展的制度环境，搭建有利于学生个性发展的制度平台，为学生创造个性留出足够的发展空间。

青少年创造个性培养需要正确处理共性与个性的关系。共性是前提，体现人才标准；个性是关键，体现不可替代性。青少年培养不能简单从众模仿，不能用一种模式来发展，一种标准来评价，着力防止人才培养中“千人一面”、“山多峰少”现象。没有个性就没有创造性，没有人才。个性是教育的灵魂。头脑不是一个要被填满的容器，而是一把需被点燃的火把。天赋并不是少数人具有，而是潜藏在每个人身上的潜能。只要充分发挥这种潜能，人便能成为不平凡的人。但由于教育问题，人们这种潜能大都没有得到充分发挥，这正是今天天才极少的原因所在。

个性发展就是一个人独特天赋的充分发挥，就是独特潜能的发挥。牛津大学、剑桥大学的教育理念是开发每个学生的创造潜能，激励每个人的创造精神。法国巴黎高等师范专科学校是一流大学，其校长强调，学校的任务是发挥学生的天才。哈佛大学校长讲，哈佛最值得夸耀的，不是获得了多少诺贝尔奖，而是使进入哈佛的每一颗金子都发光。

笛子是竹子做的，但是竹子有千万种，不是都适合做笛子。不要看到别人怎样？自己也一定要那样。每个人天赋、特长存在差别。专业、职务、身份都是标签，并不太重要。重要的是自己正确认识自己，充分发掘天赋。

培养青少年个性，需要更新观念。传统观念认为，教育目标是为社会培养合格人才，现代教育目标是促进人的全面发展。前者是以社会为本，后者是以学生个体为本。

总结我国青少年教育，最大弊病在于，把本来具有不同个性、不同特点和特长的人才苗子，用单一的、整齐划一的培养规格和培养模式，压成了千人一面的所谓“合格”人才，不少人本来的棱角给磨圆了，本来的思想火花给窒息了，本来的创新萌芽难以成长。这里有深刻的社会背景、文化背景和历史原因。其中有封建专制的社会制度残余的影响，有计划经济思维模式的影响，也有师道尊严、以教师为中心、教师是标准答案的教学思想和模式的影响。

教育具有人本价值。教育要着眼于每一个人的全面发展，为了每一个学生的终身发展，激发学生发展潜能，这是教育的本质价值。好的教育就是让学生自主发展的教育，发掘学生天赋，发展学生强势智慧，培养学生创造个性，给学生自信，才能保证教育成功。任何关于人的发展话题都要具体到个体上来。一旦具体到个体，人的发展必然是丰富多彩的，或是千差万别的。重视个体，发展个体，就是发展创造性。与众不同不一定是创造，不与众不同一定不是创造。发展个性就是发展丰富性，发展多样性，发展创造性。

教育的终极目标是促进人的全面发展。人的全面发展归根结底只能落脚在人的个体发展上。抽象的人是根本不存在的，只有具体的现实的人的存在。人的个体发展没有统一模式，没有千篇一律，没有千人一面，没有万人一格，而是充分展现了人的自由个性。一个音符无法表达优美的旋律，一种颜色难以描绘出多彩的画卷，一个味道就不能成为美味，一件事物孤立而没有比较，不能做出评价。如果社会的人具有共性而没有个性，社会必定是单调乏味，死水一潭。生气勃勃的社会必定是个性充分发展，潜能充分发挥，积极性充分调动的社会。

“人生天地间，各自有禀赋。”不顾自身兴趣与特长，都去攀登分数的“珠穆朗玛峰”，不仅是愚蠢的，也是残酷的。青少年学生要寻找自己个性支点，心里要孕育着自己的梦想，只这样才可以成为创新人才。

# 第十六讲　重视强身健体

青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力，是一个民族旺盛生命力的体现，是社会文明进步的标志，是国家综合实力的重要方面。青少年时期是身心健康和各项身体素质发展的关键时期。青少年学生的体质健康水平不仅关系个人健康成长和幸福生活，而且关系整个民族健康素质，关系我国人才培养的质量。

身体健康，是人生长征的根据地，是实现自己理想的关节点。没有健康的身体，何谈事业发展与生活快乐，何谈美好未来与壮丽人生。拥有美好的事业的基础绝不是金钱，而是健康的体魄。人生在世数十年，金钱、事业、知识、爱情，都是必不可少的，应该去争取获得。然而不夯实健康这一人生的基础，就别想构筑美丽的人生大厦。

身体健康一般是指人体生理的健康，能够抵抗一般性感冒和传染病，肌肉、皮肤富有弹性等。

身体健康一般有三个方面的标志：

（1）具备健康心理的人，人格是完整的，自我感觉是良好的。

(2) 一个人在自己所处的环境中，有充分的安全感，且能保持正常的人际关系。

(3) 健康的人对未来有明确的生活目标，能切合实际地不断进取，有理想和对事业有追求。

世界卫生组织规定的健康标志是：

(1) 有足够充沛的精力，能从容不迫地应付日常生活和工作压力，而不感到过分紧张。

(2) 态度积极，乐于承担责任，不论事情大小都不挑剔。

(3) 善于休息，睡眠良好。

(4) 能适应外界环境的各种变化，应变力强。

(5) 能够抵抗一般性感冒和传染病。

(6) 体重得当，身体匀称；站立时，头、肩、臂的位置协调。

(7) 反应敏锐，眼睛明亮，眼睑不发炎。

(8) 牙齿清洁、无空洞、无痛感，无出血现象，龈齿颜色正常。

(9) 头发有光泽，无头屑。

(10) 肌肉和皮肤富有弹性，走路轻松匀称。

我国著名的医学家傅连璋也认为，健康的含义应包括四个方面：

(1) 身体各部分发育正常，形态和功能均无疾患。

(2) 体质坚强，对疾病有高度的抵抗力，并能刻苦耐劳，担负各种繁重的任务，经受各种自然环境的考验。

(3) 精力充沛，能经常保持清醒的头脑，精神贯注，思想集中，对工作学习能保持较高的效率。

(4) 意志坚定，情绪正常，精神愉快。

美国心理学家马斯洛和密斯特提出过十条被认为是经典的健康标准：

(1) 有充分的自我安全感。

(2) 能充分了解自己，并能恰当估计自己的能力。

(3) 生活理想切合实际。

(4) 不脱离周围现实环境。

(5) 能保持人格的完整与和谐。

(6) 善于从经验中学习。

(7) 能保持良好的人际关系。

(8) 能适度地宣泄情感和控制情绪。

(9) 在符合团体要求的前提下，能有限度地发挥个性。

(10) 在不违背社会规范的前提下，能适当地满足个人的基本需要。

具体形象讲，身体健康有五快标准，做到了五快，身体是健康的。第一快，吃得快。吃得快不是说你吃饭速度狼吞虎咽，说明你吃饭不挑食，粗茶淡饭都能吃，消化功能好。第二快，说得快。说话流利，思维清晰，说明你思维功能好。如果你说了上句忘了下句，半天也说不出一句话，说明你身体有毛病。第三快，睡得快。倒下就能睡着，睡醒后头脑清晰，精神饱满。睡得快太重要了，为什么呢？人生三分之一时间是在床板上。白天汗出够，晚上觉睡够。白天笑口颜开，晚上安然入睡，是一件很幸福的事情。第四快，便得快。一旦有便意，马上就能排泄。大便畅通浑身轻松。若你年纪轻轻就便秘，蹲下去半天起不来，说明你身体有毛病。第五快，走得快。走得快是前四快综合反映，人老腿先老是有道理的。现在形容年轻人走路，大步流星，中老年人身体健康，叫步履稳健，老态龙钟的人就是步履蹒跚，迈小碎步了，说明衰老开始了。

对于身体健康，医学界倡导：合理饮食；适量运动；戒烟限酒；心理平衡。毛泽东倡导：基本吃素；经常散步；遇事不怒；劳逸适度。李瑞环倡导：毛病是吃出来的；健康是走出来的；是非是说出来的；烦恼是想出来的。民间倡导：健康是无形资产；保健是银行存款；生病是本金透支；治病是欠债还钱。

身体健康还有七句话秘诀：平常饭菜；平和心态；平衡身体。走八千步；睡八小时；吃八成饱；喝八杯水。

对青少年学生来说，身体健康更多地与生活方式联系在一起。生活方式从广义上来说是指人们使用物质生活资料和精神生活资料的目的所决定的生活内容、生活态度、生活结构等生活活动的总体；狭义的生活方式主要指消费方式。

青少年学生生活方式主要指在校期间日常的学习、工作、生活等活动过程中所采取的方式、方法的总和，包括学习、娱乐、消费方式等。生活方式作为一种客观存在，制约着社会的文化和意识形态的发展及其形式，也制约着人的发展，而青少年学生以何种方式生活，制约着学生成为什么样的人才。因此，健康的生活方式对青少年学生的成长、成才有着重要的积极作用。

首先，健康的生活方式是获得身心健康的重要前提和必备因素。世界卫生组织在长期科学研究的基础上，得出以下结论：100%健康=15%遗传+17%环境+8%医疗+60%生活方式。从这个公式中我们可以看到生活方式对健康的重要性。只有拥有了健康的生活方式，才能有一个健康的身体，有充沛的精力来学习及生活，使自己的身心得到良好的发展。

第二，健康的生活方式是青少年学生成长、成才的催化剂。青少年学生成长、成才除了具备必要的智力因素外，非智力因素也起着重要作用。非智力因素主要包括情绪、自信心、人生观、道德情操、决策能力等。健康的生活方式可以最大限度激发非智力因素的潜力，使其对学习、活动、行为发挥应有的动力和导向作用。

第三，健康的生活方式是青少年学生全面发展的基础。在全球化背景下，社会对人才素质的要求日益提高，单一的专业知识和专业技能已不能涵盖评价人才的标准。因此，要成为符合新时代标准的人才，青少年就必须在健康生活方式的基础上去学习、工作和生活，树立现代生活观，增强社会适应能力及竞争力。

有学者提出大学生的健康生活方式应具备以下要素：

（1）正确的道德观念。

（2）高效率的学习。

（3）科学合理的消费方式。

（4）良好的心理状态。

（5）规律的作息时间和饮食习惯。

（6）适当的体育锻炼，无不良嗜好。

经常运动锻炼，是治疗青少年生活方式疾病的重要手段。医学专家研究表明，运动可以带来多方面生理回报：促进血液循环，提高心脏功能；改善呼吸机能；头脑清醒，思维敏捷，提高智力；促实骨骼、肌肉结实有力；使人心情舒畅、精神愉快；增加自信；激发人的挑战精神。运动还可以带来社会生活多方面的回报；可以提高人体对自然环境的适应能力；提高人对社会环境的适应能力；提高人的生活品位；增加社会凝聚力。

经常运动锻炼，有益健康与生命质量。专家指出，适量运动，心血管能改善10%—30%，冠心病的危险减少50%，高血压病减少30%，血压下降6—7mmHg，肥胖的危险性减少50%。美国对25个州100多万中老年人调查，证实运动与寿命有关。在50—55岁年龄组中调查完全不运动的死亡率为2.08，少量运动的为0.80，中等运动的为0.55，坚持运动的为0.33。60—65岁年龄组完全不运动的死亡率为4.90，少量运动的为2.32，中等运动的为1.19，坚持运动的为0.92。

运动提高生命质量的理论依据，是生物学法则。有人实验：把兔子和乌鸦、夜莺从小就关在笼子里，长大后外表似乎发育正常，只是食欲不振。等它们再长大一点，悲剧发生了。兔子刚跑几步就倒下死了；乌鸦飞上天空才转了半圈，就一头栽下；夜莺刚欢快地歌唱了几声，就死去了。试验者解剖发现，兔子和夜莺死于心脏衰竭；乌鸦死于动脉破裂。显然，这是由于长期缺乏必要的运动，内脏器官发育不良，不适应剧烈运动。

国外人体实验结果：把身体完全健康的若干男子分成两组，第一组在20个昼夜一直躺着，不准他们起坐、站立和做操；第二组的人每昼夜保持躺着的姿势在专门器械上锻炼4次。20天过后，第一组的人感到心慌气短、头晕目眩，肌力衰退，两腿酸软不能站立，背部肌肉酸痛不能吃饭；而第二组的人仍然有一定工作能力，身体也没有像第一组人反应那么剧烈。

每个人都应该养成健康的生活方式和习惯。每个人都需要生活方式的管理，怎么管理？管好嘴、用好腿、不抽烟、不喝酒、好心态。

管好嘴

在总量控制的前提下，每天饮食的比例应该是，一口肉、两口饭、三口水

果、四口蔬菜。有时候因为要应酬等做不到，那么10天之内做8天，8天做不到做7天，7天做不到做6天，尽可能地去做。

用好腿

正常吃下去的食物，每天大约要走1万步才能消耗掉。怎样的运动是适量的？以跑步为例，如跑时还能唱歌，说明运动量不够；但如连说话都困难，则说明运动过量了，要降低。

不抽烟

抽烟有百害无一利。在美国、加拿大，抽烟行为如老鼠过街遭到摒弃。

不喝酒、少喝酒

科学研究告诉我们，所有的人种中只有亚洲人喝酒会有一半人脸红、心跳、出皮疹。酒的主要成分是乙醇，进入体内经过肝肾吸收排泄，乙醇首先通过乙醇脱氢酶变成乙醛，然后变成脂肪。西方人酶功能强，能把乙醇马上分解成脂肪，对身体损害较少。中国人的酶功能很差，乙醇变成乙醛时，毒性增加了30倍，停留在体内，对肝脏损害很大。所以，喝酒等于慢性自杀。为什么中国人的酶比西方人差？研究发现很可能是因为东方人在文明进化过程中通过把水烧开灭菌来解决饮水安全问题；而西方人用发酵的方法来解决饮水安全问题。也就是说，西方人的祖先以酒代水，长期演化，基因中转化酶的功能自然比中国人要强。

好心态

好心态是最重要的，因为人身上有1万亿个细胞，10万亿个微生物，靠消毒无法消除细菌，只有靠自己健康的身心。心态好了，就能保持身体正常运转。

国外青少年如何加强体育锻炼？

美国：家长普遍注重从小培养孩子的“体商”，美国孩子大多都是体育迷，有80%以上的青少年（10—17岁）每天参加学校组织的体育课或课外体育活动。

日本：成绩优秀的孩子虽然让人羡慕，但体育好的孩子更让大家尊重。上学后，每天都有体育课。

新加坡：新加坡的中小学生学业负担并不轻，但每天下午两点以后，学校都安排了课外活动，学生们有足够的时间参加几十种运动。

法国：小学有1/3时间用于体育教学，每周有8—9小时的体育活动，中学生每周为5个小时。

瑞典：在7至20岁学生中，60%以上都是1至2个俱乐部的成员。政府规定青少年只要5人一起参加体育活动达一小时，每个可获17克朗补助。

# 第十七讲　正确认识恋爱

爱情是大学校园永恒的话题，从过去不准谈恋爱到不提倡、不禁止，再到现在的允许恋爱，允许结婚，允许生育。现在为大学生婚恋完全敞开了大门。每个人都渴望自己有浪漫的爱情和幸福的婚姻。然而人人渴望并不代表着人人拥有，关键你要正确认识好、处理好。

有些大学生写了些打油诗，反映了他们对爱情的向往，或伤感，嬉笑怒骂，皆成文章。

有副对联：上联是“革命生产两不误”，下联是“爱情事业双丰收”，横批“早生贵子”。

有个小诗：爱情是电，事业是雷，只有电闪雷鸣，才能构成人生最丰富多彩的交响曲。

有个小诗：抬头望明月，低头思姑娘。小小姑娘，实在漂亮，看你一眼，心中发痒。

有个小诗：她不理你又何妨，再找女孩给她看，气气她来慰慰心，敢叫天地变个样。

有个小诗：漂亮姑娘不可交，面似桃花心似刀，有志男儿她不爱，专爱老头与钱包。“如今姑娘诡计多，男孩总是受折磨。”“一年傲，二年瞧，三年着急，四年找不着。女生们，猛醒吧！”

有个打油诗男女生论战：男生说，女人是一口陷阱，只能玩，切记勿上当。女生说，放屁，男生真混蛋。女士们提高警惕，切莫被蠢男人玩弄了。让那些蠢男人一辈子找不到老婆。男生说，男士们，争口气，不找老婆。让那些女士们都成为嫁不出去的黄脸婆。署名：决心不找老婆的男士们。

有人说：“高中时爱情是奢侈品，拥有的人是极少数；大学里爱情是必需品，没有的人很寒碜。”但在享有这道青春盛宴的同时，几乎所有人都在承受着爱情这把双刃剑带来的“甜蜜的痛楚”。

小谢与她的男朋友是高中同学，由于不在同一城市上大学，他们不得不艰难地进行异地恋。小谢说，每当周末见到别的女孩子打扮得漂漂亮亮去约会，每当伤心烦恼、身体不适时，自己总会觉得特别孤单、无助，但他们这段感情经营了已近6年，要放弃又实在不舍。

失恋是大学校园里再平常不过的事，然而对当事人来说却可能是生命中难以承受之重。毕业后爱情怎么办？毕业了，工作了，现实了，爱情却仍留在原地，无处安放。

今年刚毕业的小海说，毕业后，他和女友一个留在家乡工作，一个北上读研。在不可预知的未来面前，他们理智地选择了分手。当问及感受的时候，小海不无伤感地说：“大学恋情是比较纯粹的，非常美好，但在现实的压力面前，我们还是不得不分手，还对方自由。”

大学期间的恋情较少考虑现实因素，可以说是为爱而爱，这就导致许多校园恋人在毕业之际才猛然发现横亘在双方面前的是工作、前途、家庭、社会……一系列的问题接踵而来，象牙塔中的爱情也就此枯萎了。

高校“禁婚令”被解除后，大学生婚姻的新闻也常常见诸报端，但这毕竟只是少数。不少大学生认为，校园婚姻很可能会让他们放弃更多东西，影响个人的前途和规划。还有许多学生表示，作为学生，绝大多数是靠父母甚至国家

贷款来支付一切开支，很难有经济基础再支撑一个家庭。结婚还是不结婚？早婚还是晚婚？这已成为摆在当代大学生面前的一个大问题。

小华是一名大四女生，她的男朋友是一位大他10岁的事业有成的男士，照通常的说法是有房有车、温柔多金。小华与男友已经订下白首之约，只等毕业就办婚宴。被问及为何如此年轻就结婚时，小华说："我俩感情稳定，又有一定经济基础，女孩子的青春最宝贵也最短暂，早点结婚生孩子，对于自身的恢复和将来的工作都更有助益。"

与小华相比，小新就没有那么幸运了。她与男友同时毕业于北京某高校后，开始了奋斗历程。"两人工资加在一起每个月5000元，交完房租、除去必要的生活费就所剩无几了，买房子的事简直是遥遥无期。没有房子，没有存款，一点保障都没有，怎么敢奢望婚姻？"小新不无疲倦地说。

小军的故事也代表了一部分大学生的想法"我认为爱情并不一定要以婚姻为目的，有爱的感觉就在一起，爱没了，就好聚好散。没看见现在离婚率那么高吗？结了再离，多麻烦啊。"的确，随着"80后"的青年进入婚龄，"毕婚"、"闪婚"甚至"闪离"等现象频频出现。都说婚姻是爱情的坟墓，但没有婚姻的爱情将死无葬身之地。多数大学生对婚姻仍持赞成的态度，表示有朝一日会走入婚姻殿堂。

作家雨果说："人出生有两次，头一次是在人开始生活的那一天，第二次则是在萌发爱情的那一天。"毫无疑问，要更好地出生，就需要正确对待婚姻和恋爱。俗话说男大当婚女大当嫁，这是自然而然的事情。有人讲，人生好比一个圆圈，事业是半个圆圈，婚姻是半个圆圈，婚姻美满事业有成才是圆满的、幸福的人生。问题是什么时候恋爱、结婚为好。太早了不好，太晚了也不成。据说现在有不少大学生对这个问题比较着急，到大二还没对象就感到没着没落的，他们想先下手为强，后下手遭殃，先抓住一个再说。在大学校园里，青年男女花前月下、成双人对确实不少，结果怎么样呢？结对率高，成功率低，在校时形影不离，毕业后各奔东西，在收获知识的同时很难收获真正的爱情，被称作"走不过七月的恋爱"。

恋爱结婚终身大事草率不得马虎不得，必须珍重对待，谨慎从事。现在大学本科生，一般18－22年龄段，正是学知识、长身体的大好时期，不必过早的涉入爱情生活。因为恋爱结婚都需要精力、财力的投入，等到成才、成人之后，事业上有了一定基础，经济上有了稳定收入之后，再恋爱结婚为好。当然这样讲不是越晚越好，如果有谁成了大龄青年，成了困难户，不仅自己着急，父母也肯定着急。特别是女大学生，还有个恋爱结婚最佳年龄问题。错过了时期，可能就高不成低不就了。现在女博士找对象就比较困难，现在有一种说法，女人像球，二十岁是足球，二十二个人抢；三十岁是篮球，十个人抢；四十岁是乒乓球，两个人抢，两人也不叫抢了，推来推去；五十岁是高尔夫球，一个人打，还一杆子打得远远的。可见大学生恋爱结婚太早了固然不好，太晚了也不好，关键是要把握住时机。

革命导师恩格斯有一句经典的婚姻名言，他说，没有爱情的婚姻是不道德的。比较通俗的婚姻理论是说，婚姻就像穿鞋一样，款式颜色都是穿给别人看的，是否称心如意，只有自己心里清楚。这种说法看起来粗俗，实际上很有道理。

有一个20世纪最动人的爱情故事。1996年5月3日，英国老兵约翰·布朗去世了，两天后，他的妻子朱迪丝也安然辞世。他们的爱情是在二次世界大战的战火中诞生的。1942年，二十出头的布朗在北非的英军第八集团军当兵。当时，在被称为沙漠之狐的德国元帅隆美尔凌厉进攻下，布朗所在的英国军队处境十分艰难。布朗在大炮和坦克的轰鸣下染上了战争恐惧症，甚至想逃走和自杀。有一天，他偶然读到一本书《在炮火中如何保持心灵平衡》，这本书解除了他的战争恐惧症，这本书成为他的精神支柱。他对这本书的作者写信表达感激之情。没有想到的是，这本书的作者朱迪丝竟是一位年轻的女记者。两人经过三年的通信，互相产生了爱慕之情。

1945年战争结束后，已晋升为中校的布朗急切地给朱迪丝写信，要求会面。朱迪丝回信说：“你在伦敦地铁一号出站口等我。你的手上拿上我写的书，我的胸前将佩一朵英国国花——红玫瑰。不过，我不会先认你，而要让你先见到我。”

布朗在约定的时间来到地铁口。在等待的一分钟里，他的心情不自禁地猛跳起来。他经历了无数次战斗，面对过鲜血和死亡，可是今天他难以按下激跳的心。

这时，一位漂亮的绿衣女郎从容地走来。是她吗？但她没有戴红玫瑰。布朗再次张望，这时一位戴着红玫瑰的女人慢慢地走上前来。布朗定睛一看，他惊得目瞪口呆：这是一个重度灼伤、面目丑陋、腿脚残疾、拄着拐杖的女人！这可怎么办，认不认她？布朗的内心激烈冲突起来。他想：是她在自己最需要的时候，用她的书救援了自己年轻的生命。我对她的爱情经过残酷的战火考验，这份爱是神圣的，我没有理由不认她！于是，他大胆追上前去，叫住那名面目奇丑的女人，微笑着说："我是布朗。我们终于见面了，非常高兴！"但他没有想到，那女人冷漠地说："小伙子，你错了，我不是你等待的人。是刚才过去的那位绿衣姑娘，她请求我戴上这朵玫瑰，从您面前走过。她叫我不要主动认您。只有当您先同我相认后，我才能把真相告诉您。现在，我告诉你：您已成功地接受了一场比战争更残酷的考验。您心爱的绿衣姑娘正在对面的餐馆里等您。"

一个20世纪最动人的爱情就这么产生了。实际上，在布朗伸出手去召唤丑陋女人的那一刻，他的爱已经升华得无比神圣。

恩格斯对爱情婚姻作了一系列科学的论述，揭示了爱情的本质，指出了爱情的社会道德特征在于：(1) 双方互爱；(2) 地位平等；(3) 强烈性、持久性；(4) 专一性、排他性。这就为我们正确理解爱情提供了科学依据。

马克思和燕妮的爱情是光辉典范。他们在为争取工人阶级解放的斗争中，同甘共苦，相敬相爱，始终保持着忠贞的爱情。在生活极端困苦的情况下，燕妮毫无怨言，用自己真挚的爱从精神上支持马克思，并且在料理繁重的家务之余，同马克思一起讨论问题，誊写文稿。恩格斯在燕妮墓前称颂她是马克思光荣而忠实的伴侣，并说："如果曾经有过一位以使别人幸福为自己最大幸福的妇女，那就是她"，从革命导师关于爱情方面的理论和实践中可以看出，真正的爱情，就是男女双方在一定的社会环境中，基于共同生活理想，在各自内心所形成的对对方最真挚的仰慕，渴望对方成为自己终身伴侣的最强烈的感情。这是一种高尚的道德感情，只有真正培育起这种高尚感情的两性结合才可能是稳固

的，生活才可能是幸福的。

古往今来，人们心目中的美好爱情婚姻，有着近乎相似的理想范式。翻开那些传诵千古的爱情画卷，不论是司马相如与卓文君的浪漫故事，还是侯方域与李香君的难舍情怀；不论是《西厢记》中张生与崔莺莺的脉脉爱意，还是《牡丹亭》中柳梦梅与杜丽娘的绵绵情思……从中，我们清晰地勾勒出人们心目中理想爱情婚姻的标准与象征。这就是：郎才女貌。也就是说传统的社会婚姻价值观对男性的要求主要是才华出众、事业有成，对女性的要求则主要是形象姣好、美丽动人。

通过分析成功男人的人生路径，我们发现，"郎才"的展示具有厚积薄发的特点。男人年轻时不管潜质多优秀，学习多勤奋，志向多高远，由于缺乏生活的磨砺、经验的积累、经济的储备，事业上往往鲜有建树。而大多都是步入中年以后，经过锲而不舍的顽强奋斗，事业才会渐有成就，声名日益显赫，地位与日俱增，逐步进入人生的成熟期、收获期。

通过观察多数女性的人生历程，我们发现，"女貌"的展示呈现先声夺人的特点。年轻女子花容月貌、娇羞妍丽、风姿婀娜、楚楚动人，在如花妙龄就达到了社会婚姻价值取向的黄金期。即使并不美貌的，"情人眼里出的西施"也是如此。而斗转星移，岁月更迭，带给女性更多的是红衰翠减，容颜不再的黯然神伤。

现在有的大学生找对象标准定的很高，男的找女的要符合三女标准：美女、才女、淑女，缺一不可，条件同时具备。女的找男的要符合三高标准：高学历、高收入、高个头。前两条标准不说，高个头，必须一米八以上，差一厘米也免谈。这样找对象的标准是不是订的太高呢？如果真能找到德、才、貌当然更好，但世界上哪有这样十全十美的男人和女人呢？俗话讲瓜无滚圆人无十全，世界上万事万物总是不完美的，我们应当客观面对现实。

据说日本女性择偶标准发生变化，从"三高"到"三低"。

近几年，由于经济不景气，企业终身雇佣制逐渐消亡，职业女性人数日益增多。受到日本社会出现的这些新变化的影响，日本婚龄女性的择偶条件或者

说婚姻观念也有了改变。据《日经流通新闻》报道，日本年轻女性结婚理想对象的标准由以前的“三高”转向“三低”，进而出现了向“三同”（或“三K”）转变的迹象。

“三高”是指高学历、高收入、高身材。这一择偶标准盛行于上世纪80年代后期至90年代初，当时正是日本处于泡沫经济的全盛期。当时的日本女性对男性有很强的依赖性，爱面子而又不能独立的日本女性把婚姻当作自己幸福人生的归宿，借婚姻来提高自己的经济水平和社会地位，于是“三高”男生就成了当时日本女青年所憧憬的偶像。

日本泡沫经济崩溃后，“三高”标准已经不再适合社会实际情况的变化，失去现实意义。面对经济危机的影响，对未来生活抱着不安的女青年们，渐渐改变了想法——与其跟那种高收入却生活在风险中的人结婚，倒不如和拥有实实在在、稳定职业的人过日子。因此，“三低（低风险、低姿态、低依存）”的男性，成了近年来日本女性心目中的“理想伴侣”。

首先是低姿态，即夫妻二人相互尊重。在日本，大男子主义是很严重的，低姿态主要是女性为摆脱这种大男子主义而产生的对男性的一个要求。比如两个人逛街，男人也不得摆出男前女后的“大男子主义”的样子。

其次是低风险。由于日本经济连年不景气，那种日进斗金、一夜暴富的男性越来越让年轻女性们觉得没有安全感，他们更喜欢公务员和教师这样的有稳定工作、稳定收入的男性，开始追求安稳的小康生活。

再次是低依赖。在日本，过去夫妻之间的依赖性非常之高，女性在经济上依附于男性，而男性可以说在整个家庭生活中完全依赖于女性。他们除了工作之外可以说不干任何事情，家庭之中所有的家务，以及教育子女的责任全部由主妇承担。女性结婚之后，一般都会放弃工作，束缚于家庭。

但是随着日本女性的独立性增强，越来越多的日本女性崇尚自由独立的生活，即使结婚也不想完全陷入家庭事务，不希望让对方完全束缚自己，更不愿意放弃自己的工作。他们希望对方能够理解，保留自己原有的生活方式。

在追求“三低”男生的过程中，日本社会上还出现过“三C”的择偶取向。

即comfortable（生活舒适，有较高的收入）、communicative（相互沟通，有相近的生活方式及价值观）、cooperative（互助合作，共同分担家务和育儿等）。在此，男方的学历和身高已不再是择偶的关键问题，但是收入依旧是择偶的重要指标。

最近，日本社会上又流行“三同”或“三K”的择偶标准。“三同”即拥有相同相似的工作观、金钱观和成长环境；而“三K”（日语中三个词的开头字母都为K）则是强调要具有相同的价值观和金钱观以及稳定的工作。日本最近公布的一项调查显示，日本单身职业女性在选择结婚对象，选择价值观相同的占总数的61.8%，对待金钱态度相同的占27%，工作稳定的占了26.3%。“高收入”排在了第9位，高学历和高身材分别排在了第19位和第20位。这说明现在日本的职业女性已经把高学历和高收入看得很淡。

总而言之，现在日本的职业女性，越来越追求独立，即使结婚后也想一直工作下去，不想让对方束缚自己，但是希望对方理解自己，可以拥有自己的生活方式。这样，女性理想的结婚伴侣就应该是有着共同的价值观和金钱观的男性。

真正的爱情使人崇高、伟大、奉献，并给人以力量。肖邦最好的作品，是他与著名女作家乔治桑恋爱时的产物。爱是一场责任，不是逢场作戏，当你恋爱的时候你能不能扪心自问：我能为对方负责吗？我具有为对方负责的能力吗？特别是男性大学生，必须记住，一个民族对女性的态度往往可以衡量出这个国家的文明程度，有人说，一个女孩靠在邻座男孩肩上睡着了这是一个美好的故事，一个男孩靠在邻座女孩肩上睡着了可能就是一个事故。在社会意识里，没有真正意义上的男女平等，作为男性大学生必须多些绅士风度，多些责任意识。

《十日谈》的作者薄伽丘说：“真正的爱情能够鼓舞人，唤醒他内心沉睡的力量和潜藏着的才能。”法国大戏剧家莫里哀说：“爱情是一位伟大的导师，教会我们重新做人。”这种真正伟大的爱情只能产生于高质量的严肃认真的恋爱过程中。没有真正的爱情，没有质量的恋爱，就绝不会是一件幸福快乐的事情。为

此，我们要树立正确的恋爱观。

1．事业高于爱情

爱情与事业是一对矛盾。能否妥善处理好这对矛盾，是对每个恋爱者的重要考验。爱情是以共同的生活理想为基础的，而生活理想、生活境界又是和事业的成功密切联系着的。因此，要为真正的爱情奠定牢固的基础，每个恋爱者都应该树立以事业为重的观点，坚持事业高于爱情的原则，自觉地使爱情服从于事业。有些大学生一旦得到爱情，就毫无节制地“挥霍”它，整天忙着写情书、赴约会、看电影、上舞厅、逛公园、兜马路，形影不离，似乎已经不知道生活中还有学习、理想、事业这些东西。一旦失去爱情，便感到生活空虚，悲观厌世，痛不欲生。这都是没有摆正爱情的位置，视爱情高于一切所导致的结果。

2．互相尊重人格

恋爱作为一种特殊的人际交往，包含着恋爱双方对彼此人格的尊重。如果有谁忽略或损坏了这种互相尊重，他就不可能真正获得爱情的幸福。在现实生活中，有少数人打着“性解放”的幌子，把性的放荡作为生活的乐趣，玩弄异性，追求肉欲刺激，这种行为显然是对人的尊严的玷污，是婚姻道德的堕落。在大学生中也有少数婚前性行为的现象。这种婚前性行为，无论对于自尊还是对于他尊，都是一种损害，是一种不道德的恋爱行为。一方面它会给某些异性者以可乘之机；另一方面，常常给社会、家庭以及男女双方带来严重的后果。

3．恋爱行为文明端庄

具有较高爱情修养的人，应该是热情中有持重，亲密中有羞涩，情感火热中行为端庄。他们在相处中，总是彬彬有礼，落落大方，用含蓄、谦恭的方式表达自己的感情，从不轻举妄动，随心所欲。正反两方面的经验告诉我们，越是品行高洁，行为端庄的人越能获得对方的尊重和爱情。相反，语言粗俗、行为放荡的人则很容易使对方感到厌恶。有些大学生一谈上恋爱，便把自己封闭在两个人的小圈子里，游离于集体之外；有的在宿舍里、教室里你亲我吻，旁若无人；有的甚至上课自习时，也不分离，过分亲密，真可谓不失时机，不择

地点，不讲文明，达到一种“忘我”、“忘他”的境界。所有这些，都是恋爱行为不文明、不健康、不道德的表现，都是有损于爱情的圣洁。

4．正确对待失恋

面对失恋，一厢情愿，纠缠不放，或心怀嫉妒，散布流言，怨恨报复，都是不理智、不道德的，结果只会给自己带来更大的痛苦和不幸。对失恋的痛苦感情，必须学会运用理智去调节、控制。一个正直、有抱负、有事业心的青年，在失恋时，要做到失恋不失态，失意不失志，心胸宽阔，豁达大度，抛弃痛苦，追求新的人生目标，决不能因失恋而意志消沉，一蹶不振，甚至厌世轻生。在历史上，从失恋的痛苦中奋起，自强不息，不倦攀登，在事业上获得巨大成功的大有人在。恩格斯曾两次失恋。贝多芬也尝过失恋的苦果，贝多芬一生中经历过多次恋爱，只是暴躁的脾气、抱病的身体，加上严分等级的社会风气，都使这位豪迈男人的恋爱有花无果。贝多芬一次又一次地承受着这些爱情的打击，最后终身未娶。居里夫人也曾战胜失恋给她带来的精神上的巨大危机，把它转化为忘我奋斗的动力，取得了举世闻名的科学成就，同时也在为科学事业的奋斗中，赢得了真正的爱情。

# 第十八讲 学会把握机会

人生事业的成功，固然离不开个人坚韧不拔，奋发努力，但也离不开时代赐予的机遇。一个人虽然有成就事业的抱负，但没有一个能充分发挥潜能的人生机遇，还是没有用的。现在有些青少年经常抱怨自己运气不好，命不好，命太苦了。这不是运气不好，不是命苦，而是你把握机会的能力不行。

现在有三句话说得很漂亮，第一句话，天赋是基，是基因，爹妈给的，先天的。第二句话，勤奋是力，必须努力奋斗，天上不会掉馅饼。第三句话，机遇是缘，是机缘，是缘分。机遇对每一个人是均等的，公平的。

天赋是基，勤奋是力，机遇是缘。人字笔画的三个方向，就暗示着有三种力量左右着人的成败。第一种，自然属性中的天赋力量；第二种，社会属性中的环境力量；第三种，精神属性中自我努力的力量。这三种力量，展开在人生的整个过程中，自始至终都是相互作用，互为因果的。环境中的机遇有偶然性，遗传中的天赋有先天性，我们能够把握的只有自我努力。

专家研究成果表明，机遇是一个人成功、成才的首要因素。我们要注意，不是重要，是首要，第一位的。人生有很多机会，很多机会不知不觉突然来到。还

是那句话，机遇偏爱有准备的人。能力强的人善于抓住机遇，素质高、具有高度智慧的人更善于创造机遇。弱者等待机会，强者争取机会，智者创造机会。三个层级不一样。

人的发展、人的成功、人的成才就像一场足球比赛，感悟足球可以感悟人生。一场比赛大部分时间足球队员在场上传球带球控球很难分出胜败，干什么呢？等待机会，寻找机会，创造机会，临门一脚，就是进球那一瞬间。有的球赛，场面很好看，得势不得分，叫不进球；有的比赛场面很一般，甚至很被动，我抓住机会一个防守反击，进球了。足球令人疯狂的魅力在这，人生发展的道理也在这。有人过程很辉煌，他没有进球，有人过程很一般，他进球了，后来，他总进球。就像我们说某某人他条件很好素质很高，他就是没有发展，没有进步，或者说，没有提拔。某某人条件很一般，但是他后来进步了，它发展了，他提拔了，后来总是在提拔。前提是，正确时间，你要出现在正确地点，还要办正确事情，缺一不可。怎么抓住机遇啊？简单说有四点：

第一点，要有很高的素质，不要机会来了临时抱佛脚，机遇需要等待，需要储蓄。时间就像一列火车，匆匆向前飞驰，我们上车后就一直在等待，幼年时等待成长，成年时等待爱情，中年时等待成功，太阳落山的时候我们又在等待着终点站。等待的过程是安静的，沉默的，艰苦的，但等待绝对不是无所事事、守株待兔，在等待过程中你需要储蓄巨大的能量，做好一切应对机遇的准备，去争取成功。

明朝开国皇帝朱元璋原来是个穷和尚，经过自己不懈的努力，逐步积蓄力量，一步步积累，最后到拥有万里江山的帝王。他在等待成功过程中不断积蓄力量，“广积粮，高筑墙，缓称王”，最后促成他的“飞跃”。哲学中的“量变引起质变”就是其理论依据。“滴水成川”、“不积细流无以成江河，不积跬步无以至千里”也都说的是同一个道理，厚积薄发。没有量的积累，哪来质的飞跃？如果空等时机的到来，竞争也就无此必要。若是如此，世上的人都成了“守株待兔”的慵懒样子，到了夕阳西下的时候，头发花白了，却是什么成就也没有，空悲戚。因此，正确处理等待、积蓄、争取和成功的关系非常重要。

获得2005年诺贝尔医学奖的巴里·马歇尔，经过长期的实验研究，顶着学术界的一片反对声，冒着生命危险，亲自吞食细菌，发现了引起胃炎的致病菌——螺旋杆菌。他在等待了20多年后，终于登上了诺贝尔领奖台。他的这项科研成果在等待了20多年后才被全世界科学研究的最高权威机构所承认。

美国普林斯顿大学数学系主任怀尔斯，作为一个高薪引进的知名教授，从1991年到1997年竟然一篇论文也没有发表。但是不鸣则已，一鸣惊人，他用了7年多时间解决了一个350年来没有人解决的数学难题——“费马大定律”。他的名字一夜之间传遍了全世界。怀尔斯教授的成功，给我们的启示是，板凳要坐十年冷，文章不写半句空，只要坚定执着努力，就会取得成功。

等待的过程，要耐得住寂寞，承受得了失败，要相信，乌云不会永远笼罩天空，阳光总会照耀大地。然而，这需要时间。马歇尔、怀尔斯最后等来的是巨大的成功，是一片晴朗的天空。他们的故事，会留给我们许多思考。科学来不得半点虚假，急功近利、华而不实是成才成功的大敌；在成功者的眼里，真正的等待是长征前的二万四千九百九十九里，是贝多芬弹奏《月光曲》前的巧遇，是一种积蓄力量、把握时机的成功前奏。

第二点，全力以赴抓机遇。机遇稍纵即逝，好机遇胜过一大堆计划，机遇是客观的，抓机遇是主观的，抓机遇的本事就是你抓自己发展的本事。人生关键就几步，说白了，最关键的就一步，一步上去了步步才能跟上。抢占先机，抢先一步，你步步主动。慢人一拍，亦步亦趋，你处处被动，结果和人家就拉开了差距。中国乒乓球队有句名言，人生能有几回搏。机会来了，就要奋力一搏，全力以赴。

全力以赴抓机遇，需要达到奋发向上的境界。犹如进果园摘苹果，有人举手之劳，有人踮起脚尖摘果子，有人是奋力一搏，跳起来摘果子。现实生活中，真正跳起来摘果子的人很少，踮起脚尖摘果子的人也不多。大多数人是天然惰性驱使，所谓顺其自然，结果事业平平。前苏联一位作家在其《奇特的一生》书中写到：“大多数人，从来不想尝试超越自己可能性的局限，很多人是以低于自己一倍的效率在生活。”人的潜能是巨大的，大多数人的开发是微乎其微的。人

生难有几回搏，挑战自己的极限，勇敢地面对一切，才能把握机会，用好机会，成为真正意义上的成功者。

全力以赴抓机遇，需要时不我待的紧迫。人生苦短，人生工作时间更短。青少年要有时不我与、时不我待，时不再来的紧迫感。说白了，人生只有“三天”，昨天、今天和明天。昨天是过眼烟尘，一去不复返。今天，稍纵即逝，要紧紧抓住，牢牢把握。明天充满生机，是希望。古圣先贤都无比看重时间，把时间视为速度，看成力量，比作金钱，等同生命，认为浪费别人的时间，是谋财害命，浪费自己的时间是慢性自杀。“时间是金钱”，需要重新解释，现在利用时间的效率才是金钱。时间就是发展，时间就是前途，时间就是命运。

全力以赴抓机遇，还表现在正确看待危机，在危机中抓机遇。危机等于危险加机遇，危中有机。有一个很生动的故事。王老板最怕发大水，因为他卖纸，纸重，不能在楼上堆货，只好把东西都放在一楼。“天哪！还差半尺……天哪！还剩两寸……”每次下大雨，王老板都不休不眠，心惊胆战盯着门外的积水看。所幸回回有惊无险，正要淹进门的时候，雨就停了。

一年、两年都这么度过了，而这一天，飓风来了，除了下雨，还有河水泛滥，门前一下子成了条小河，转眼水位就漫过了门槛，王老板连沙包都来不及堆，店里几十万的货已经泡了汤。

王太太、店员，甚至王老板才十几岁的儿子都出动了，试着抢救一点儿纸，然而问题是纸会吸水，从上往下，一包渗一包，而且外面的水，还不断地往里灌。大家正不知所措，却见王老板一个人冒着雨、趟着水出去了。

王太太说：“大概是去找救兵了。”一分钟，两分钟，一个小时，两小时。几个钟头过去，雨停了、水退了，仍不见王老板回来，刚准备让儿子去找，只见王老板沾了一身泥水回来，这时候就算他带几十个救兵回来，又有什么用？店里所有的纸都报销了，又因为沾上泥沙，连免费送去做回收纸浆，纸厂都不会要。

王老板收拾完残局，第二天，就带领全家人搬家，他们搬到了一个老旧公寓的一楼。他依旧做纸张的批发生意，而且一下子进了比以前多两三倍的货，他

手下的一些职员和他的朋友们都在悄悄议论："这次他一下进那么多货，我看他是没淹怕，等着关门大吉。"

果然，没等多久时间又来了台风，又下大雨，河水又泛滥了，而且比上次更严重。好多的车子都泡了汤，好多地下室都成了游泳池，好些人不得不爬上屋顶。

只有王老板一家人站在店门口，左看，街那头淹水了，右看，街角也成了泽园。只有王老板店面的这一段地势很高，居然一点儿都没事，连王老板停在门口的新车，都成了全市少数能够劫后余生的。王老板一下子发了，因为几乎所有的纸行都泡了汤，连纸厂都没能幸免，印刷厂急着要用纸、要补货，出版社急着要出书，大家都抱着现款来求王老板："你真会找地方。"有同行问："平常怎么看都看不出你这里地势高，你怎么会知道？"

"简单嘛。"王老板笑笑，"上次我店里淹水，我眼看没救了，干脆趟水，趁雨大，在全城绕了几圈，看看什么地方不淹水。于是，我找到了这里。"

当危机来时，大部分人寻找自救，希望让自己的损失降到最低，但有多少人会像王老板那样，去发现新的机遇呢？这一次我们侥幸躲过了危机的影响，但有多少人能能躲得过下一次呢？解决问题的方法，是要找到我们问题的根源所在。

第三点，认真做好每件事。每件事对你都是一个机会。有一个蝴蝶效应，亚马逊雨林里一只蝴蝶，轻轻扇一下翅膀，搅动了周围的空气，推动了空气的流动，不久，在遥远海面上，掀起了一股巨大的台风。蝴蝶效应给我们什么启示？一件微乎其微的小事可以造就一个意想不到的结果。美国前国务卿鲍威尔是牙买加血统黑人，他在美国参加的第一个工作，擦地板。他很聪明，找到一种擦得又快又好又不累的姿势。老板经过长期观察，认为这个黑人青年又聪明又能干，马上提拔起来。后来鲍威尔在他自传中说他参加工作的第一个经验，就是认真做好每件事。

美国希尔顿饭店集团的老板原来是个站前台的服务员，有一天很晚了，来了对老夫妇要住宿。他一看没房间了天晚了，老夫妇也回不去了，马上腾出自己房

间趴在前台上睡了一夜。第二天老夫妇一看，非常感动，认为这个年轻人很善良，又有责任感。但年轻人万万没想到，老夫妇正是希尔顿饭店总裁，家族没有子女，后来经过考察，认定他做了接班人。认真做好每件事乃至小事，对你都是一个潜在的发展机会。

第四点，选准发展方向。在大学期间，同学之间，没有多大的差距。但毕业后五年、十年、十五年，差距就明显拉大。有人功成名就、事业辉煌，有人事业平平一事无成。为什么呢？关键是你选没选好自己的发展方向。就像我们登泰山一样，首先知道泰山的高峰在哪，方位在哪，方向不明，你爬不上泰山。

人生最难走的路，人生之路，既弯弯曲曲，又坎坎坷坷，当你回顾你人生所得所失的时候，你会突然发现，从同一起点走来的我们，为什么人生境遇会有那么大的差别，有人就像郁郁葱葱的参天大树，有人就像草地的矮矮小草；有人怀抱幸福，有人一派凄凉；有人万人仰慕，有人早已被人遗忘。为什么同一个天，同一个地，同样的风雨，同样的气候，人生境遇会有那么大不同。关键要把握好，要选好自己的发展方向。

# 结束语

青少年做人、做事、做学问要有梦想。梦想是什么？就是使命和责任，就是激情和冲动，就是精神和气质。一位哲学家曾经讲过，梦想是人类对于美好事物的憧憬与渴望，人生就是追寻和实现梦想过程。梦想就是使命和责任，梦想就是激情和冲动，梦想就是精神和气质。只有当我们拥有梦想，才会点燃奋斗的激情；只有当我们拥有梦想，才会获得前进的力量。

对于梦想，哈佛大学校长福斯特在2008年本科生毕业典礼演讲中说，就算你们觉得它不可能实现，也要记住，它至关重要，是你们人生的北极星，会指引你们到达对自己和世界都有意义的彼岸。你们生活的意义要由你们自己创造。为什么明知不可实现，也要去努力呢？那是因为彼岸的召唤，根本不去眺望彼岸正是我们的悲剧。

梦想代表着开端。无数科学家因梦想启发灵感，而迈出造福人类的第一步，无数政治家因梦想点燃激情，而迈出改造世界第一步。梦想意味着挑战。勇敢走向社会，勇于面对挑战，艰苦奋斗，不畏劳苦，实现人生价值。梦想成就希望。心中有梦，让原本平凡人生充满希望，立足现实，面向未来，奋勇前行。

认识人生道路四种特点花：

白花，崇尚朴实。

白花很香，越是颜色鲜艳的花越是缺少花香。人也是一样，越是朴素单纯的人，越有内在的芳香，越内秀。

夜来香，力戒浮躁。

夜来香白天也很香，因为白天人心太浮了，闻不到夜来香的香气。今天的我们常常处于浮躁之中，浮躁给我们人生体验带来很大损失。

莲花，励志发奋。

早上是莲花开放最好的时间，早晨不开，可能中午晚上都不开了。人也一样，人在年轻的时候没有志气，中年晚年就更难有志气了。三岁看大，七岁看老，少年不努力，老大徒伤悲。

昙花，珍惜青春。

昙花很美，但昙花只是一现，只能持续两个小时。人也一样，青春人生只有一次，一闪而过，要珍惜青春。

记住人生发展四个关键词：

理想，人不管在什么情况下不能没有理想报负，每个人生阶段都要有努力的目标。

胸怀，人无论什么时候都要能容得下人，容得下事，心胸开阔才能争取好的环境。

激情，就是要热爱生活，热爱工作，永远保持积极乐观的心态和朝气。

幸福，就是精神富足，人生的目的是追求幸福，人生的意义是获得幸福。快乐的人生是幸福的，成功的人生是幸福的。

理想是一个高度，使你能永远站在一个制高点去看问题。

胸怀是一个宽度，它可以让你保持心境的宁静，能坦然面对是是非非。

激情是一个速度，永不言败，永不放弃，永远推动你向前拼搏。

幸福是一个暖度，永远以阳光心来淡看庭前花开花落，以求索心来追求知识能力提升，以感恩心来对待组织、对待工作、对待生活，以平常心来体验平

凡的幸福。平凡是一种美丽，也是一种深邃，更是一种境界。人性的弱点在于，往往来自平凡而又鄙视平凡，往往本为平凡却自命不凡，这是应当引以为戒的。

青少年时代是学习黄金时期。远大理想在这时孕育，高尚情操在这时培养，知识力量在这时凝聚，生命辉煌在这时奠基。衷心祝愿青少年朋友努力学习，刻苦钻研，艰苦奋斗，立志成才，未来是属于青少年的！

# 后记

这本青少年成才系列讲座，是我在全国各地青少年报告基础上整理的。

系列讲座之所以冠名“做人、做事、做学问”，是因为人生在世第一位的问题是学会做人。做人、做事、做学问都是相通的，做人为本。只有首先学会做人，才能做好事，做好学问。人品第一，学问第二；文品第一，文章第二。一个人做事应当精明一些，做学问应当聪明一些，做人应当糊涂一些。郑板桥说过，难得糊涂。这个世界上真糊涂的人不少，假糊涂的人不多。一个人由糊涂变聪明很不容易，而由聪明变糊涂更是难上加难，这需要很高的智慧和修养。做事总会有得失成败，做学问总会有水平高低，但做人应当经得起实践考验。

这些年，我潜心研究青少年教育，应邀到北京、上海、广州、西安、长春、昆明、杭州、南昌、武汉、乌鲁木齐、呼和浩特、银川等地为青少年作成才报告。作为教育工作者，最大享受莫过于与青少年心灵与心灵的交流，最大的快乐莫过于与青少年生命与生命的对话，最大幸福莫过于与青少年情感与情感的交融。

全国许多青少年来信来电，称“好像经历了一次思想的洗礼，一次人格的升华，一次心灵的飞翔”。讲体会，谈收获，探讨人生，畅想未来，使我始终有一

种自我成就感、自我满足感、自我实现感。我清楚记得，在山东大学举办的“齐鲁讲坛”，八百多大学生长时间起立鼓掌；在江西师范大学，报告引得千名学生强烈共鸣，直至我离开会场，大学生仍鼓掌不止；在宁夏大学，报告完后许多大学生把我团团围住，要求签名、合影、讨论问题……在上海师范大学、云南师范大学、内蒙古农业大学、长安大学、杭州电子大学、温州大学、中国海洋大学、山东师范大学、山东理工大学等大学生热烈火爆场景至今仍感动不已。

青少年是祖国未来，中华民族明天。与青少年交流是我喜欢做的事，是非常幸福的事。幸福是个很深的话语。我认为，幸福是一种心情，幸福是一种感觉。幸福就是干自己喜欢的事，结果得到大家认同，社会认同。喜欢是什么？喜欢就是持久的动力，意味着对事业的坚定执着，自觉投入。

在这个世界上，每个人都应该有自己的事业，但事业不等于职业，职业仅仅是谋生手段，是饭碗。事业有两个标准：第一，做自己喜欢的事，而不是因为利益，没有利益也愿做，就因为喜欢；第二，由于从事这项事业，让人生价值得到体现。我喜欢青少年教育事业，从中产生一种难以忘怀的情感，有情感做起事情，工作和享受已经分不开了。

工作就是享受，享受就是工作，辛苦并享受着，累并快乐着，这才是人生存在的精神境界。人生可以追求享受，更要追求精神。人的大脑是一个有限的空间，当它一旦被高薪、豪车、豪宅等物质的东西塞得太满，理想、事业等精神境界就很难有容身之地。

从学业到职业，是人的社会身份的转变；从职业到事业，则是人的精神境界的转变。职业是社会分工，事业是自我实现；职业是功利的，事业是主动的；职业是一时的，事业是终身的；职业是机械的，事业是创造的。我想，把青少年教育作为终生奋斗事业，才会激发工作冲动，激发工作激情，享受工作快乐，享受工作幸福。

这本系列讲座，根据青少年认知规律与成才特点，突出生活化和通俗化，用鲜活事实说话，用典型案例说话，用青少年切身感受说话，运用真理的力量、逻辑的力量，析事明理，娓娓道来，使道理深刻而不苍白，生动而不呆板，亲切而不生

硬。全书共18讲，每讲有观点、有分析、有案例，风格力求口语化、可读性强。

青少年朋友都有梦想。有梦想才有奋斗激情，才有前行动力，才有成功希望。开弓没有回头箭，人生没有预演。愿这本系列讲座能为青少年圆梦精彩人生作点思想铺垫。

田建国

2011年3月20日